என்றும் உங்களுடன்

மங்கையர் மலர்

MANGAYAR MALAR ஜீன் 2008 224 பக்கங்கள் ரூ.18/-

குக்கரி க்வீன்



சமையல் போட்டி!
சூடா...
சுவையா...

தொடர் ஆரம்பம்!

இணைப்பு:
ஸ்கூல் 64!

ஆவாஹனம் ஸமர்பயாமி







ஓம் பூஜா மண்டபம்

ஓம் பூஜா மண்டபம் – இறைவனுக்கேற்றோர் இல்லம்.
உங்கள் பூஜை அறைக்கு மேலும் புனிதத்தன்மையை கூட்டுகிறது.







பிரார்த்திக்கையில், தெய்வரீதியான அதிர்வுகளுடன் சேர்ந்து,
மன நிம்மதியை தரும் திவ்வியமான சூழ்நிலையை ஏற்படுத்தும்.









கிரஹப்பிரவேசத்திற்கோ அல்லது திருமணத்திற்கோ உகந்த பரிசுப்பொருள்.

ரூ.3000/- முதல் 1,00,000/- வரை

Open on Sundays



- **Royapettah (Opp. Pilot Thetre)** : Ph : 2813 1384, 2813 2403 • **Anna Nagar** : Ph : 2622 3377, 4210 3996
- **Ashok Nagar** : Ph : 2371 3493, 4203 3202 • **Adyar** : Ph : 2440 5120, 4211 7857
- **Perambur** : Ph : 2662 0552 • **Ambattur** : Ph : 4208 6731 • **Nanganallur** : Ph : 4358 6681

Also at:



Royapettah :

JA - 261



மாரடைப்பு நோய்க்கு ஒரு மாற்று சிகிச்சை



Neomed Hospital

Non-Surgical Treatment Center for Angina, Heart Attack & Heart Failure Problems
(In Technical Collaboration with Arterial Disease Clinic (ADC) England)

EECP - அறுவை இல்லா பைபாஸ் சிகிச்சை

மனிதனுக்கு வரும் எல்லா நோய்களுக்கும் அறிகுறிகள் தெரியும். ஆனால் எந்த மாற்றமும் தெரியாமல், வந்த மறு விநாடிலேயே உயிரை மாய்த்து விடுவது இதயத்தாக்குதல் என்ற மாரடைப்பு தான். இந்த நோயாளிகளுக்கு ஆஞ்சியோபிளாஸ்டி அல்லது பைபாஸ் அறுவை *சிகிச்சை* தான் தீர்வு என்ற நிலை இருந்து வருகிறது. இந்த *சிகிச்சை* முறைகள் அதிக செலவு பிடிக்க கூடியது. அதற்கு பின்னர் ஏராளமான கட்டுப்பாடுகளுடன் வாழ்க்கையை நகர்த்த வேண்டியிருக்கும். இதற்கு மாற்றாக வந்துவிட்டது அறுவை இல்லா பைபாஸ் *சிகிச்சை*. அறுவை *சிகிச்சை* இன்றி நெஞ்சுவலி, மாரடைப்பு, இருதய பலவீனம் போன்ற பிரச்சனைகளை போக்கும் அற்புத மாற்று *சிகிச்சை* - **E.E.C.P (Enhanced External Counter Pulsation)** / *கீலேசன் சிகிச்சை* (Artery Clearance Therapy). அமெரிக்கா, ஜெர்மனி போன்ற 26 நாடுகளில் வெற்றிகண்ட இந்த அறுவை இல்லா இயற்கை பைபாஸ் *சிகிச்சையினால்* சுமார் 18.5 லட்ச மக்கள் பயன் அடைந்துள்ளனர். இ.இ.சி.பி. *சிகிச்சை* அமெரிக்காவில் உள்ள Food and Drug Administration (FDA) அங்கீகாரம் பெற்றுள்ளது. இச்சிகிச்சை முறை தற்போது இந்தியாவில் பல முன்னிலை மருத்துவமனைகளில் அறிமுகப் படுத்தப்பட்டிருக்கிறது.

ஓசோன் / *கீலேசன் சிகிச்சை* சிக்கல் இல்லாதது. ஆனால் *சிக்கனமானது*. இந்த *சிகிச்சைகள்* மூலம் மேலும் Arteriosclerosis (Blocked Arteries), Arthritis, Stroke, Chronic Backpain, Parkinsonism, Cancer, Diabetic Gangrene and Foot Ulcers போன்ற நோய்களும் குணமாக்கப்படுகிறது. இதய சம்மந்தப்பட்ட நோய் உள்ளவரா நீங்கள்? தயக்கமின்றி நியோமெட் வாருங்கள். இ.இ.சி.பி / கீலேசன் / ஓசோன் *சிகிச்சை* மூலம் நிவாரணம் பெற்று நிம்மதியுடன் வாழுங்கள்!

- 70% - 100% வரை இதய அடைப்புகள் குணமாக்கப்படுகிறது
- வலி இல்லை
- அறுவை சிகிச்சை இல்லை
- நீண்ட நாட்கள் மருந்து இல்லை
- மருத்துவமனையில் தங்கி சிகிச்சை பெற வேண்டிய அவசியம் இல்லை

மாரடைப்பா, ஏனென்று தெரியுமா?

உங்களுக்கு...

- சர்க்கரை நோய் இருக்கலாம்.
- அதிக மன அழுத்தம் (டென்ஷன்) இருக்கலாம்.
- இரத்த அழுத்தம் அதிகமாக இருக்கலாம்.
- உங்கள் குடும்பத்தில் யாராவது ரத்த அழுத்த நோய், இருதய நோய் அல்லது சர்க்கரை நோய் உள்ளவர்களாக இருக்கலாம்.
- உடலின் எடை அதிகமாக இருக்கலாம்.
- புகை பிடிக்கும் பழக்கம் இருக்கலாம்.
- மது அருந்தும் பழக்கம் இருக்கலாம்.

வருமுன் காப்போம்! நோயின்றி வாழ்வோம்!

CHENNAI : 2181, L-Block, 12th Main Road, Anna Nagar, Chennai - 600 040. Ph: 044-2620 1147 / 2620 0862 Fax: 2620 0631

MADURAI : 11, Lakeview Road, Opp.Sundaram Theatre, K.K.Nagar, Madurai - 625 020. Ph: 0452-2581414, 2581515

SALEM : 127/1, 'Varalakshmi Towers', Gandhi Road, Salem - 636 007 Ph: 0427 - 2311818/19.

Timing: Weekdays 9 am to 6 pm Sunday holiday www.neomedhospitals.com



நாஞ்சில் நாட்டுச் சமையல்! 77



தொட்டால் பூ மலரும்! 124



பூ பூக்கும் ஓசை! 20





கல்கி
தரத்திலும் நம்ப



94 பெப்பர் பாப்கார்ன்!

133 ரூ.5,000 பரிசு அறிவுப் போட்டி

முக்கிய அறிவிப்புகள்

அட்டையில் : தமன்னா

நன்றி : நியூ சரவணா ஸ்டோர்ஸ்





40 க்ரிஸ்டல் க்ளாஸ் பெயின்டிங்!

மகளிர் மாத இதழ்!

என்றும் உங்களுடன்

மங்கையர் மலர்

மலர் : 28 இதழ் : 5 ஜூன் 2008

* சூடாமணி பரமேஸ்வரன்

சர்வஜித் பெண்ணுக்கு வாழ்த்து!



மங்கையர் மலர் 2007 தமிழ்ப் புத்தாண்டு இதழில் 'சர்வஜித் வருடம்' மலர்ந்ததையொட்டி வாழ்க்கையில் போராடி வெற்றி பெற்ற பெண்மணி பற்றிய அறிவிப்பு வெளிவந்தது. அதைத் தொடர்ந்து வந்து குவிந்த தகவல்களில் எட்டுப் பெண்கள் மட்டுமே தேர்வாயினர். அவர்கள் பற்றிய கட்டுரைகளும் வெளிவந்தன.

இந்த அஷ்டதேவதைகளில் சர்வஜித் பெண் விருதுக்குரிய பெண்மணியைத் தேர்ந்தெடுக்க நமது வாசகியரை அழைத்திருந்தோம். வழக்கம் போல வாசகியர் பெரும் திரளாகப் பங்குகொண்டு வாக்களித்துச் சிறப்பித்தனர். அதிகபட்ச வாக்குகளைப் பெற்று தேர்ந்தெடுக்கப்பட்டவர் :

திருமதி சூடாமணி பரமேஸ்வரன்
நாகப்பட்டினம்.

சுனாமித் தாக்குதலில் தம்முடைய மலர் போன்ற மூன்று குழந்தைகளையும் இழந்த இவர் அதே ஆழிப்பேரலைத் தாக்குதலில் அனாதையாகி நின்ற இருபது குழந்தைகளுக்கு அடைக்கலம் தந்திருக்கிறார். தாய்மை, கருணை, சேவை மூன்றுக்கும் நல் உதாரணமாகத் திகழும் திருமதி சூடாமணி பரமேஸ்வரனுக்கு 'சர்வஜித் பெண்' விருது கிடைத்திருப்பது பெருமைக்குரிய பொருத்தம்!

சூடாமணி பரமேஸ்வரனுக்கு மங்கையர் மலர் வழங்கும் 'சர்வஜித் பெண்' விருதுடன், பட்டயமும், ரூ. 10,000/- பரிசும் வழங்கப்படும்.

விழா நடைபெறும் தேதி : 07.06.2008
நாள் : சனிக்கிழமை
நேரம் : மாலை 4.30 மணி
இடம் : 'நம்பிக்கை'
810/9 புதிய கடற்கரை சாலை,
காடம்பாடி, நாகப்பட்டினம்.

அனைவரும் வருக!

சூடாமணியை சர்வஜித் பெண்ணாகத் தேர்ந்தெடுத்த வாசகியரில் குலுக்கல் முறையில் ரூ.250/- பரிசு பெறும் வாசகிகள்;

1. திருமதி சபிதா சீனிவாசன், சென்னை - 7.
2. திருமதி ச. சசிகலா - கோபி - 638 476.
3. திருமதி ஜி. சுப்புலட்சுமி, திருவண்ணாமலை - 606 601
4. திருமதி ஜி. நளினி, சேலம் - 636 007.
5. திருமதி எச். மகாலட்சுமி, பட்டுக்கோட்டை.

கலந்து கொண்ட அனைவருக்கும் நன்றி.
'சர்வஜித் பெண்' விழாவுக்கும் வந்து வாழ்த்துங்கள்!

"என்ன மேடம்... இன்னுமா ஷேர் ஆட்டோவுல போய்க்கிட்டு இருக்கீங்க? ஒரு கார் வாங்கி 'ஜம்'முன்னு போகக் கூடாதா...?" இப்படித்தான் அந்தப் பேச்சு பெரும்பாலும் ஆரம்பிக்கும்.

"சரி விடுங்க! இன்னிக்கு என் கண்ணுல பட்டதும் நல்லதுக்குத்தான். வர்ற ஞாயிற்றுக்கிழமை நீங்க ஃப்ரியா இருந்தா, நானே உங்க வீட்டுக்கு வந்து அழைச்சுக்கிட்டுப் போறேன். ஜஸ்ட்... அரை நாள்... உங்க வாழ்க்கையே மாறிப் போயிடும் பாருங்களேன்...!" தூண்டில் தயாராகும்.

"நானா...? இப்ப நான் வேளச்சேரில புது

ஞாயிற்றுக்கிழமை பந்தாவாக ஒரு கார் வந்து உங்களை 'பிக்-அப்' செய்யும். முற்றிலும் குளிரூட்டப்பட்ட ஏ.ஸி. அலுவலகத்தில், பிரதான ஹாலில் உட்காரவைக்கப்படுவீர்கள்.

எல்.சி.டி. ஒளிரும்... அதில் கம்பெனி பற்றியும் அதில் முதலீடு செய்தால் அது எப்படி பன்மடங்கு ஆகும் என்பது பற்றியும்.. கணிதப் பூர்வமாக (!) விளக்குவார்கள். ஆதாரங்களைக் காட்டிப் பேசுவார்கள்.

டிபன், காபி எல்லாம் தந்து, சின்னதாய் ஒரு பரிசுப் பொருளும் தந்து ஜில்லென்று அனுப்புவார்கள்.

'அந்த நடிகையும் பணம் போட்டிருக்



ஒரு வார்த்தை!

ஃப்ளாட் வாங்கிட்டேன். எல்லாம் நியூ கான்செப்ட் பிஸினஸ்!"... பலமான கொக்கியும் தயார்.

"உங்க அறிவுக்கும், உங்களுக்கு இருக்குற காண்டாக்ட்ஸுக்கும் எவ்வளவோ சாதிக்கலாம். வெறும் ப்ளஸ்டூ படிச்சவங்க எல்லாம், என்னமா ஆள் சேர்க்கறாங்க.. என் அக்கா பொண்ணு ஆறே மாசத்துல நாற்பது லட்சம் சேர்த்துட்டா... இதோ பாருங்க.. அவளுக்குக் கொடுத்த டிடி!" ஒரு கலர் ஜெராக்ஸ் ஒன்று காட்டப்பட்டதும், இரை செருகப்படும்.

"என்னதான்னு போய்ப் பார்ப்போமே..." என்ற ஆவல் உங்களுக்குப் பிறக்கும்.

காளாமே! இந்த டாக்டரும் சேர்ந்திருக்காரே!' என்றெல்லாம் பிரமிப்பு நீங்காமல் நீங்கள் வீடு வந்து சேர்ந்ததும், தூண்டிலில் மீன் மாட்டிக் கொண்டுவிட்டது என்று அர்த்தம்.

பர்சனல் லோனோ, பி.எஃப் லோனோ போட்டு முப்பதாயிரம் பணமும் கட்டி... அவர்கள் தந்த 18 கேரட் அரை சவரன் தங்கக் காசை உச்சிமுகர்ந்து கொஞ்சுவது நடக்கும்.

அடுத்து...? ரயில் தோழி, அண்ணி, ஓரகத்தி, தங்கை, அலுவலக சிநேகிதி என எல்லோரிடமும் தன்மானம் விட்டுப்





என்றும் உங்களுடன்

மங்கையர் மலர்

தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

பரதன் பப்ளிகேஷன்ஸ்
பிரைவேட் லிமிடெட்டிற்காக
பரதன் அச்சகத்தில்
ஆசிரியர் பொறுப்பேற்று
அச்சிட்டு வெளியிடுபவர் :
லக்ஷ்மி நடராஜன்

கல்கி பில்டிங்க்ஸ்,
47-N.P., ஜவாஹர்லால் நேரு சாலை,
ஈக்காடுதாங்கல், சென்னை - 32.

பொறுப்பாசிரியர் :
அனுராதா சேகர்

வடிவமைப்பு :
எஸ். ஸ்டீஃபன்,
எம். மோகன், ச. கார்த்திகேயன்

தொலைபேசி : 4343 8888
தொலைநகல் : 044 - 4343 8899

மின்னஞ்சல் :
ஆசிரியர் குழு :
mangayarmalar@kalkiweekly.com
விளம்பரப் பிரிவு :
marketing@kalkiweekly.com
சந்தா பிரிவு :
subscription@kalkiweekly.com
பிற தகவல்களுக்கு :
info@kalkiweekly.com
இன்டர்நெட் முகவரி :
www.mangayarmalaronline.com

சந்தா விவரம் :
உள்நாடு :
ஒரு வருடம் : ரூ.225/-
ஆறு மாதம் : ரூ.115/-
வெளிநாடு (விமானத்தபால்) :
ஒரு வருடம் : ரூ. 1,600/-

**Bharathan Publications
Private Limited,**
Kalki Buildings,
47-NP, Jawaharlal Nehru Road,
Ekkaduthangal, Chennai - 600 032.

இதழில் வெளியாகும் விளம்பரங்களின்
உண்மைத் தன்மைக்கு
கல்கி நிர்வாகம் பொறுப்பல்ல.

பேசி, (கெஞ்சி!) ஆளைச் சேர்த்து... அப்பாடி... நின்று நிமிர்ந்தால்... அப்புறம் என்ன? நெற்றியைக் காட்டச் சொல்லி, குழைத்துக் குழைத்துப் போட்டு அனுப்பு வார்கள்.

நாளிதழைப் பார்த்தால் இப்படிப்பட்ட தூண்டில் கதைகள் தினமுமே இடம்பெறுகின்றன.

தங்கக் காசோ, பண இரட்டிப்புத் திட்டமோ, காந்தப் படுக்கையோ அது எந்தவிதமான நூதன மோசடி பிஸினஸ் ஆகட்டும். சந்தையாளர்களின் முதல் குறி என்னவோ, பெண்கள்தான்!

கொலுசு, நகைக்குப் பாலீஷ் போடுவதாகச் சொல்லி ஏமாற்றும் கும்பல் கூட, பெண்கள் வீட்டில் தனியாக இருக்கும் நேரத்தை தானே குறிவைக்கிறார்கள்?

கணவனுக்குத் தெரிந்தும் தெரியாமலும் இம்மாதிரி யான குறுக்கு வழி குபேரத் திட்டங்களில் சேர்ந்து கைப்பணத்தை இழந்து, மனஉளைச்சலில் தவிக்கும் பெண்கள் எத்தனையெத்தனை? தாங்கள் ஏமாந்துப் பட்டதை வெளியில் சொல்லவும் முடியாமல், போலீ ஸில் புகார் செய்யவும் துணிச்சல் இன்றி, மங்கையர் மலர் அலுவலகத்துக்கு ஃபோன் செய்து புலம்புகிறார்கள்.

ஏது எப்படியோ... இனி, பெண்கள் செய்ய வேண்டியது என்ன?

* உழைக்காமல், பணக்காரர் ஆக ஆசைப்படாதீர்கள். அப்படி ஆவது சாத்தியமுமில்லை; நிரந்தரமுமில்லை!
* 'சுலபமாகச் சம்பாதிக்கணும்' - இது எல்லோரு டைய ஆழ்மனதிலும் இருக்கும் ஆசை! அந்த பலவீனத்தைதான் இந்த மோசடி நிறுவனங்கள் முதலீடாகப் பயன்படுத்துகின்றன. எனவே.... பணச் சுழற்சி, வர்த்தக வாய்ப்பு என எந்த வடிவில் மோசடித் திட்டங்கள் உங்களை அணுகினாலும் மனஉறுதியுடன் ''நோ!'' சொல்லி அனுப்புங்க!
* ''அண்ணி கேட்கிறாள்; தங்கை கேட்கிறாள்!'' என்று பரிதாபப்பட்டு, பலிகடா ஆகாதீர்கள். பணம் போனால், சம்பாதித்துக் கொள்ளலாம். உறவுகளில் கசப்பு ஏற்பட்டால், அதை ஆயுளுக்கும் மாற்ற முடியுமா?

அனுஷா நடராஜன்

Gurunathar Charanam



PRASHANTI

House of Silk Cottons

For Your Favourite

Grand Wedding (Vivaham / Vaiboham) Collections!!

&

Summer Cotton Collections!!!



(Avail Discount for bulk purchases)

PRASHANTI
16, 5th Cross St, C.I.T. Colony, (Behind Chettiar Hall)
Mylapore, Chennai - 4. Ph: 24991850 / 24997636

PRASHANTI'S PARIPURNA
52, 4th Main, 17th Cross, Malleswaram Bangalore - 55.
Ph: 23341632 / 98861 85951

For more details Visit www.bharatmatrimony.com / Wedding Directory / Apparels   Timing: 10 am to 8 pm

கல்கி

குழும பத்திரிகை நிறுவனத்தில் பணி புரிய ஆவலா?
இளமை, ஆர்வம், தன்னம்பிக்கை, வேகம், விவேகம்
மற்றும் முன் அனுபவமுள்ளவர்கள்

விளம்பரப் பிரதிநிதி

பணிக்கு தங்கள் முழு விவரக் குறிப்புடன்
ஜூன் 15-க்குள் விண்ணப்பிக்கவும் :

விளம்பர மேலாளர்
பரதன் பப்ளிகேஷன்ஸ் பி. லிட்,
47-NP, ஜவாஹர்லால் நேரு சாலை,
ஈக்காடுதாங்கல், சென்னை - 32
e-mail : marketing@kalkiweekly.com



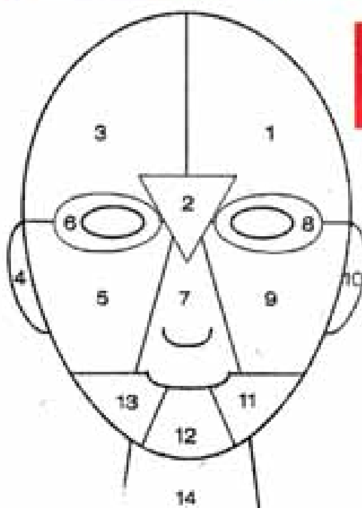
எதிர்நீச்சல் படத்தில் நடிகர் நாகேஷ் சௌகார் ஜானகியிடம், ''சினிமா நடிகை மாதிரி இருப்பாளா?'' என்ற கேள்விக்கு, ''அழகாய் இருப்பான்னு சொன்னேன், அழகு பண்ணிப்பான்னு சொன்னேனா?'' என்பார்.

அதெல்லாம் கறுப்பு வெள்ளைக்காலம்! இந்த டிஜிடல் யுகத்தில், சின்னத்திரை பெரிய திரை அமர்க்களத்தில்... சிறிய சருமக் குறைபாடுகூடத் துல்லியமாகத் தெரிந்துவிடும் அபாயத்தில்... சருமப் பாதுகாப்பு... பளபளப்பு எத்தனை அவசியம்...?

அட, திரையில் வருபவர்களுக்கு மட்டும் இல்லைங்க. நமக்கும் கூடத்தான் ஆரோக்கியமான சருமம் வேண்டுமே... நமது சருமத்தின் ஒவ்வொரு மில்லி மீட்டரையும் ஆரோக்கியமாக, பளபளப்பாக ஆக்கத்தான் ஃபேஸ் மேப்பிங் செய்கிறார்கள், 'நேச்சுரல்ஸ்' ப்யூட்டி பார்லரில்...



மில்லிமீட்டர்



அதென்ன ஃபேஸ் மேப்பிங்?

''டெர்மலாஜிகா ஃபேஸ் மேப்பிங்கில் (Dermalogica Face Mapping) நமது முகத்தை பதினான்கு பகுதிகளாகப் பிரித்து, ஒவ்வொரு பகுதிக்கும் அந்த இடத்துச் சருமம், ரத்த ஓட்டம் இவற்றுக்குத் தகுந்தாற்போல ஸ்கின்தெரபி தரப்படுகிறது. இதற்கான சிறப்புப் பயிற்சி பெற்றவர்கள், முக சருமத்தின் எந்தெந்தப் பகுதிகளில் எந்த விகிதத்தில் குறைபாடு என்றறிந்து அதற்குத் தகுந்த மாதிரி ட்ரீட்மெண்ட் தருகிறார்கள். வெயிலில் இருந்து

பாதுகாப்பு தரும் விதத்தில் தகுந்த க்ளென்சர்கள், சரும எரிச்சலைத் தராத வகையில் அப்ளை செய்யப்படுகின்றன. இவை முற்றிலும் இயற்கைப் பொருட்களாலானவை. இதில் செயற்கை சாயங்கள், செயற்கை மணம், ஆல்கஹால், மினரல் எண்ணெய்கள், லனோலின் எனப்படும் சரும எரிச்சல் தரும் பொருட்கள் போன்றவை அறவே கிடையாது'' என்கிறார் திருமதி வீணா.









பளபளப்பு!

''அக்னி வாய்ப்புடைய சருமம், எண்ணெய்ப் பிசுக்கு சருமம், நார்மல் சருமம் என்று தனித்தனியாகக் கண்டறிந்த பின்தான் ஃபேஸ் மேப்பிங் தரப்படுகிறது...'' என்று தொடரும் வீணா, ''சருமத் துவாரங்களில் சேரும் அழுக்கே 'பிளாக் ஹெட்ஸ்' எனப்படும் புள்ளிகள் போல ஆகிறது. இவற்றை நீக்குவதோடு சருமத் துவாரப் பைகளில் சேர்ந்திருக்கும் வேண்டாத அழுக்குகளும் எக்ஸ்ட்ராக்ஷன் முறையில் நீக்கப்படுகின்றன. சருமம் இயற்கைப் பொலிவை அடைகிறது...'' என்கிறார்.

சரி, சாதாரணமாகச் செய்யப்படும் 'ஃபேஷியலுக்கும் இந்த ஸ்பெஷல் 'ஃபேஸ் மேப்பிங்'க்கும் என்ன வேறுபாடு...?

''பொதுவாக ஃபேஷியலில், சருமத்துக்கு ஏற்ற ஒரே பேக் போடுகிறோம்... இந்த மேப்பிங் முறையில் முகத்தை 14 ஸோன்களாகப் பிரித்து அந்தந்த இடத்துக்குத் தகுந்தாற்போல பேக் போட்டு, மஸாஜ் செய்து பொலிவூட்டுகிறோம். கண்ணுக்கு அடியில், கன்னங்களில், முகவாயில், நெற்றியில், புருவ மேட்டில்... இவ்வாறாக பகுதிகள் பிரிக்கப்படுகின்றன. இதில் சிறப்புப் பயிற்சி எடுத்தவர் இந்திரா நகர் நேச்சுரல்ஸில் இருக்கும் நதியா...''

''முதலில் க்ளென்சர் போட்டு முகத்தில் உள்ள பழைய மேக்கப், தூசு இவற்றை நீக்குவதில் துவங்கி, மேப்பிங் க்ளென்ஸர் மஸாஜ், கரும் புள்ளிகள் நீக்குதல், ஸிரம் மஸாஜ், உதடுகள், கண்களுக்கான தனி பேக், இவற்றோடு 'ரீஃப்லெக்ஸாலஜி' என்று ஒரே நேரத்தில் கால்களுக்கும் மஸாஜ் செய்ய வேண்டும். இதனால் முகத்தசைகள் இறுக்கம் நீங்கி பொலிவு பெறும்'' என்கிறார் நதியா.

பெண்களுக்கு மட்டுமல்ல, ஆண்களுக்கும் ஃபேஷியல் மேப்பிங் செய்யப்படுகிறது. சின்னத் திரை, பெரிய திரை நட்சத்திரங்களோடு, பெரிய அரசியல் தலைவர்கள் வீட்டுப் பெண்களும் இவர்களது வாடிக்கையாளர்கள்.

தொடர்பு எண் : 044-2445 5143.

- பத்மினி பட்டாபிராமன்

வேலைவாய்ப்பு
(பெண்கள் மட்டும்)

பல்கலைக் கழகப் பயிற்சிகள் 2008 - 2009

Govt./ University Course 2008-09 (Run by TNPE Foundations)
Directorate of Medical Education R.No. 59795 / P.M.E / 3 / 2006.,
M.S.U.E.L.P., DD & CE (Govt. Undertaking) &
F.D.E.S.C.TN.189 / 2008-09.

தமிழ்நாடு மற்றும் வெளிமாநிலங்களிலுள்ள மருத்துவமனைகள், பள்ளிகளில் பணிபுரிய பயிற்சிக்கு விண்ணப்பங்கள் வரவேற்கப்படுகின்றன.

பயிற்சிகள்

- Nursing Assistant
- Medical Lab Technology
- Primary Teacher Training
- B.Sc., (Bio & Micro Biology)
- B.Sc., (M.L.T)., & P.G.D.M.L.T.
- Hospital Management
- M.Sc., (M.L.T)., & all Groups
- B.B.A. & Catering Technology
- D.P.T. / B.P.T. / M.P.T.*

கல்வித்தகுதி : X, H.Sc., to Degree - Pass/Fail
வயது வரம்பு : 15 முதல் 35 வரை
காலம் : 1 முதல் 3 ஆண்டுகள் வரை
உதவியம் : ரூ.2500/- முதல் ரூ.4500/- வரை பெறலாம்

பல்கலைக் கழகப்பயிற்சிக்கு தேர்வு செய்யப் பட்டவர்களுக்கு உணவு, தங்குமிடம் தரப்படும். இலவச விண்ணப்பம், விளக்கவுரை பெற ரூ. 5x2 தபால் தலையை கவருக்குள் வைத்து விண்ணப்பிக்கவும்.

DIRECTOR
TAMILNADU MEDICAL LABORATORY TRAINING CENTRE
COIMBATORE-41. PH : 0422-2432948,
CELL : 92443-84012, 92443-84011.

Note : SC,ST / Handicapped (MBC, BC)
உதவித்தொகை/தனி சலுகைகள் உள்ளன.



பஞ்ஜி

அடுக்கு மாடி குடியிருப்பில் வசிப்ப வர்கள் காக்கைக்கு சாதம் வைக்க வசதி யில்லையே என்று வருந்தாமல், பால்கனியின் வெளிப்புறம் ஒரு பலகை அல்லது தட்டு போன்ற ஒன்றில் துளையிட்டு கட்டி, அதில் வைக்கலாம்.

- வெ. சியாமளா ரமணி,
செகந்திராபாத் - 9.

வெந்த கீரையை மிக்ஸியில் போட்டு வைப்பரில் ஒரு சுற்று சுற்றினால் நொடியில் மசிந்துவிடும். சாப்பிடவும் நன்றாக இருக் கும். சக்கை இருக்காது.

- டி. இந்திரா, சென்னை -75.

கிரைண்டரில் மாவு அரைக்கும் போது பெண்கள் கையில் கண்ணாடி வளையல் அணிந்தால் ஒருசில சமயங்களில் வளை யல் உடைந்து மாவு வீணாகிவிடும். கவன மாக வளையலைக் கழற்றிவிட்டு அரைக்க வும்.

- என். ஜமுனா, பெரம்பூர்.

இவை எல்லாமே

பஜ்ஜி மாவில் சிறிது வெள்ளை எள், கடுகு, தேங்காய்த் துருவல் மூன்றையும் சேர்க்க பஜ்ஜி சுவை பிரமாதம்.

- அ. வசந்தகோகிலம், கோவை.

பிரமாதம்!

வடைகறி செய்யப் போறீங்களா? கடலைப் பருப்பை ஊறவைத்து, அரைத்து, வேகவைத்து என்று சிரமப் படாமல், குக்கரில் கடலைப் பருப்பை 3, 4 விசில் வைத்து எடுத்து ஒண்ணும் பாதியுமாக மசித்து விட்டு வழக்கம் போல் வடைகறி செய்யலாம். இதனால் வேலை சுலபமாக முடியும். நேரமும் மிச்சம்.

- விஜி, சென்னை - 23.

உருளைக்கிழங்கை வேகவைத்து உரித்து, பச்சை மிளகாய், தேங்காய், சீரகம் இம் மூன்றையும் அரைத்துப் போட்டு வதக்கினால், வித்தியாசமான சுவையாக இருக்கும். இதற்கு உளுத்தம் பருப்பும், சீரகமும் தாளித்துக் கொட்டவும்.

- ஆர். மீனாக்ஷி, நியூடெல்லி.

மூக்கில் தண்ணீர் கொட்டுகிறதா? தேங்காய் நாரைக் கொண்டு புகை போடுங்கள். அந்தப் புகையை உறிஞ்சினால் கொட்டும் நீர் உடனே நிற்கும்.

- எஸ். மேகலா, சென்னை -73.

ஆஹா 50! தான்!

மூட்டு வலிகள் பறந்தே போச்சு.
வீடு தோறும் இதுவே பேச்சு.

AMRUTANJAN
Joint ache cream
மூட்டு வலி க்ரீம்







மூட்டு வலியிலிருந்து
உடனடி நிவாரணம்

என்றும் உங்களுடன்

மங்கையர் மலர்

புதிய போட்டிகள்! பரிசு மழை



குட்டி புக்

அம்மன் 64!

லக்ஷ்மி ராஜரத்னம்
வழங்கும்
ஆடி ஸ்பெஷல்!



விதவிதமாய் பழ தோசை!

by
செஃப் ஜேக்கப்



ஷாப்பிங் ஸ்பெஷல்!

உங்க ஷாப்பிங்
அனுபவங்களை
உடனே எழுதி அனுப்புங்க!
சுவையானவை பரிசு பெறும்!

ஜூலை 08 இதழ் ஆடி அமர்க்களம்!

3 புத்தகங்கள்

பகவான் பாபா!



அனுராதா சேகர் எழுதும்

இறைவனுடன் இனிய அனுபவங்கள் ஆரம்பம்!



பட்டது புடவை; வந்தது புத்தி!

காட்டில் வேட்டையாடப் போன அக்பர் தொழுகை நேரம் வந்ததால் தனியாக ஓரிடத்தில் ஜமுக்காளத்தை விரித்து, அதில் அமர்ந்து கண்களை மூடி பிரார்த்தித்துக் கொண்டிருந்தார்.

அப்பொழுது அவ்வழியே வேகமாக ஓடி வந்த ஓர் இளம்பெண், அந்த ஜமுக்காளத்தை மிதித்தபடி ஓடினாள். அவளுடைய சேலையின் தலைப்பும், அக்பரின் மீது இலேசாகப்பட்டது.

கவனம் கலைந்து விழித்த அக்பருக்குக் கடுங்கோபம் வந்தது. பிரார்த்தனையின் போது கோபப்படக்கூடாது என்று தன்னை நிதானப்படுத்திக் கொண்டாலும், அவளுக்குக் கடுமையாக அறிவுரையாவது கூற வேண்டும் என்று தோன்றியது.

''தொழுகையில் ஈடுபட்டிருக்கும் ஒருவரது விரிப்பை நீ மிதிக்கலாமா? அவர் மீது ஆடை பட ஓடலாமா? உன் அகந்தைக்கு என்ன தண்டனை தரலாம்?'' என்று கேட்டார்.

அப்பொழுதுதான் அவரைக் கவனித்த அந்த இளம்பெண் பதறி, ''சக்ரவர்த்தி! தங்களையோ வேறு எதையுமோ உண்மையில் நான் கவனிக்கவே இல்லை. அடியவளை மன்னியுங்கள்'' என்று கெஞ்சினாள். மனம் இளகிய அக்பர் அப்படியே திரும்ப யத்தனித்தார்.

அப்பொழுது அவள், ''பிரபு! நான் தங்களை ஒரு கேள்வி கேட்கலாமா? கோபிக்க மாட்டீர்களே!'' என்றாள்.

''என்ன கேட்கப் போகிறாய்?'' என்றார் அரசர்.

''நீண்ட நாட்களுக்குப் பின் என் கணவர் வீடு திரும்பியிருப்பதாகக் காட்டில் சுள்ளி சேகரிக்க வந்த எனக்குத் தகவல் வந்தது. அவரைப் பார்க்கும் அதீத ஆர்வத்தால்தான் கண் மண் தெரியாமல் ஓடினேன். ஐம்புலன்களின் இன்பத்தால் என்னைக் கவர்ந்தவரை நாடி ஓடிய எனக்குத்தான் மற்ற எதைப் பற்றியும் பிரக்ஞை இல்லை. இறைவனிடம் நீங்கள் உண்மையில் மனம் ஒன்றிப் பிரார்த்தனையில் ஈடுபட்டிருந்தால் கேவலம் ஒரு பெண் ஓடியதையும் சேலை மேலே பட்டதையும் உணர்ந்திருப்பீர்களா? உங்கள் பிரார்த்தனை எவ்வளவு குறைபாடு உடையது என்று உணர்கிறீர்களா?'' என்றாள்.

அக்பரின் தலையில் யாரோ சம்மட்டியால் அடித்தது போல் இருந்தது. இறைத்தூதரே அப்பெண்ணின் உருவில் வந்து ஞானோபதேசம் செய்தது போலிருந்தது.

'இனி பூரண ஈடுபாட்டுடன் தியானம் செய்ய வேண்டும்' என்று மன உறுதி கொண்ட அக்பர், அப் பெண்ணுக்குத் தகுந்த பரிசுகள் கொடுத்து அனுப்பினார்!



- எஸ். சரோஜினி, பெங்களூரு - 72.

ஏஞ்சல்ஸ்®

அட்வான்ஸ்ட் கிளினிக் (பி) லிட்

Since 1991

ஹேர், ஸ்கின் & பாடி கேர்

Angels®

Advanced Clinic (P) Ltd

Since 1991

Hair, Skin & Body Care

SOLUTION FOR UNWANTED HAIR THRU ND-YAG LASER

(Ex. UpperLip, Chin, Cheeks, Abdomen, Chest, Ears)

தேவையற்ற ரோமங்களை நீக்க தற்போது ஏஞ்சல்ஸில் நம்பகமான சிகிச்சை அளிக்கின்றது.

NDYAG Long Pulsed லேசர் சிகிச்சையின் மூலம் மிகவும் தத்ரூபமாக தேவையற்ற ரோமங்களை மிகவும் குறைந்த சிட்டிங்கில் நீக்கி வருகின்றனர். இச்சிகிச்சை பெண்களுக்கு மேல் தாடை - கீழ் தாடை - அக்குள் - வயிறு - மார்பகம் போன்ற பகுதிகளில் உள்ள தேவையற்ற ரோமங்களை நீக்கிவிடலாம்.



COLOUR IMPROVEMENT THRU IMPORTED INHIBITORS

உங்கள் சருமத்தில் ஓவர் ஆக்டிவேட் ஆன மெலனின் பிக்மெண்டுகளை லைட்டாக்கலாம். இதன் மூலம் நிறத்தை மேம்படுத்தலாம். இவ்வாறு ஏற்படும் முன்னேற்றம் நிரந்தரமானதென்பது எங்களின் சிறப்பம்சமாகும்.

GOOD BYE ! TO BALD HEAD WITHIN 1 HOUR THRU SILICON SYSTEM



WEIGHT REDUCTION & FIGURE CORRECTION AT ANGELS

ஏஞ்சல்ஸில் அக்வா தெர்ம் செல்லுலைட் தெரபி, பாடி பார்மர், புரோட்டீன் தெரபி என்ற சிகிச்சையின் மூலம் உடல் எடையை உடல் பருமனுக்கு ஏற்றவாறு குறைக்கின்றனர்



HAIR REGROWTH IS POSSIBLE THRU' PHOTO LASER THERAPY



பெண்களுக்கு அடர்த்தி தன்மையற்ற தலைமுடிக்கு ஃபோட்டோ லேசர் தெரபி என்ற அதிநவீன சிகிச்சையின் மூலம் (HAIR REGROWTH) தலைமுடியை வளர செய்யலாம். இது 100% முற்றிலும் பாதுகாப்பான சிகிச்சை.

CHENNAI: 2B, 3rd Avenue, T-53/99, Rajeshwari Mansion, Anna Nagar, Chennai - 40. Cell: 98400 46599. Ph: 044-42176679 / 26212547 / 26213468

COIMBATORE: RR Complex, V.O.C. Road, 117/B, West Sambandham Rd, R.S.Puram, Coimbatore. Ph: 0422 - 6547577, 2547889. Cell: 92444 15899

ஹேர் ஸ்டைல்கள் அறிய பிரதி சனிக்கிழமை VIJAY TV - யில்

● Hyderabad - (040)23222111, 66368999

குக்கரி க்வீன்!

மிக்ஸ் அண்ட் மேட்ச் சமையல் போட்டி

ஆஹா ஆரம்பம்!



நீங்க தான் சமையல் ராணியாச்சே... இந்த குக்கரி தர்பாரில் கலந்துக்காமல் எப்படி? சுவையான, சுலபமான, ஒரிஜினல் சமையல் குறிப்புகளைத் தெளிவாக எழுதி, கீழே உள்ள கூப்பனையும் நிரப்பி அனுப்புங்க. தேர்ந்தெடுக்கப்படும் ஐந்து ரெஸிபிகளுக்கு தலா ரூ.250/- பரிசு!

குக்கரி க்வீன் சமையல் போட்டி (ஜூன்)

கண்டிப்பாகப் பயன்படுத்த வேண்டிய பொருட்கள் : தக்காளி + தயிர்

பெயர் :.................................. முகவரி : ....

....

கடைசித் தேதி : 15.6.2008













சுவைக்க... ருசிக்க... மணக்க...
சக்தி
தாய் பாசம் போல் தூய்மையானது
சுத்தமான பசு நெய்
எங்களது தரமான தயாரிப்புகள் :
பால் : செலக்ட், சூப்பர், ஸ்பெஷல்
நறுமணப் பால் : பிஸ்தா, ஸ்ட்ராபெர்ரி, ஏலக்காய், பாதாம்
வெண்ணெய், நெய், பன்னீர், தயிர்
A Quality product from :
ஏபிடி ஃபுட்ஸ்
A division of ஏபிடி இண்டஸ்ட்ரீஸ் லிமிடெட்
கோயமுத்தூர் - 641 018.
SAKTHI



50!

மாதந்தோறும் மளிகை சாமான் வாங்கும்போது ரூ. 2, ரூ.5 மதிப்பில் வருகின்ற குளியல் சோப், வாஷிங் பவுடர், பேஸ்ட், தேங்காய் எண்ணெய், டியோடரண்ட் பவுடர் போன்ற பாக்கெட்டுகளை தலா 2 வீதம் வாங்கி வைத்துக் கொண்டால் திடீர்ப் பயணங்களின் போதும், உறவினர் வீட்டுக்கு வரும்போதும் உதவும். நமக்கும் மாதக் கடைசியில் கைகொடுக்கும்.

- எஸ். விஜயலக்ஷ்மி,
ஹைதராபாத் - 35.

சின்ன பாக்கெட்; பெரிய உதவி!

இவை எல்லாமே ஆஹா 50! தான்!

இரவு ரயில் பயணங்களின் போது பாத்ரூம் செல்ல வேண்டுமானால் ரயில் ஸ்டேஷன்களில் நிற்கும்போது செல்லாதீர்கள். அது திருடர்களுக்கு திருடுவதற்கும், தப்பிப்பதற்கும் ஏதுவாகிவிடும். ரயில் விரைந்து கொண்டிருக்கும்போது செல்வதே நல்லது.

- எஸ். திருநாகவல்லி,
கோயம்புத்தூர்.

எல்லா அக்குபிரஷர் புள்ளிகளும் கால்களில் முடிவதால் தினமும் இரவில் படுக்கும் முன் இரண்டு கால்களையும் நன்றாக அழுத்தித் தேய்த்து விடுங்கள். நன்றாகத் தூக்கம் வரும். நல்ல புத்துணர்ச்சி கிடைக்கும். பல நோய்கள் குணமாகும்.

- எஸ். ஜெயந்தி, மும்பை.

குழந்தைகள் கீழே விழுந்து அடிபட்டு உடம்பில் எங்காவது வீக்கம் ஏற்பட்டால் 10 நிமிட இடைவெளியில் இரண்டு முறை மண்ணெண்ணெய் தடவினால் வீக்கம் வடிந்து வலியும் குறைந்துவிடும்.

- கே. சுப்புலக்ஷ்மி, பவானி.

நீள மிளகாயைச் சின்னச் சின்னதாகக் கிள்ளி, பிளாஸ்டிக் டப்பாவில் வைத்துக் கொண்டால், தாளிக்கும் போதும், மற்ற உபயோகத்திற்கும் சுலபமாக இருக்கும். கையும் எரியாது.

- பி. விஜயலட்சுமி ஜெயபால்,
பெசன்ட் நகர்.

இளம் நுங்குகளை வாங்கிச் சிறு துண்டுகளாக நறுக்கி, அத்துடன் 1 டேபிள் ஸ்பூன் குளுகோஸ், ஏலப்பொடி அரை டீஸ்பூன், 1 டேபிள் ஸ்பூன் மில்க் மெய்ட் சேர்த்து கலந்து ஃப்ரிட்ஜில் வைத்து சில்லென்று எடுத்துச் சாப்பிட்டால் சூப்பராக இருக்கும்.

- பத்மா வெங்கட்ராமன்,
திண்டுக்கல்.

சோம்பு, மிளகு, தனியா, சீரகம், மிளகாய் வற்றல், பு. அரிசி, பொட்டுக்கடலை இவற்றைத் தனித்தனியே எண்ணெய் விடாமல் வறுத்து (மிளகாய்க்கு மட்டும் சில சொட்டு எண்ணெய் விட வேண்டும்) அரைத்துப் பொடி செய்து வைத்துக் கொள்ளவும். பொரியல், வறுவலுக்கு இந்தப் பொடியைப் பயன்படுத்தலாம். சுவையாக இருக்கும்.

- சுமித்ரா ராஜு, சென்னை - 117.

Dr.Kamakshi Memorial Hospital



Dr. T.G. Govindarajan
Persident -Founder -
Medical Director

தமிழ்நாட்டிலேயே முதல்முறையாக உடலிலுள்ள புற்றுநோய் மற்றும் இதர நோய்களை எளிதில் கண்டறிய உதவும்

PET CT Scan

சென்னை பள்ளிக்கரணையில் உள்ள

டாக்டர் காமாட்சி நீனைவு மருத்துவமனையில்

விரைவில் துவக்கம்



10% Special Discount On Sunday for Master & Executive Health Check-up

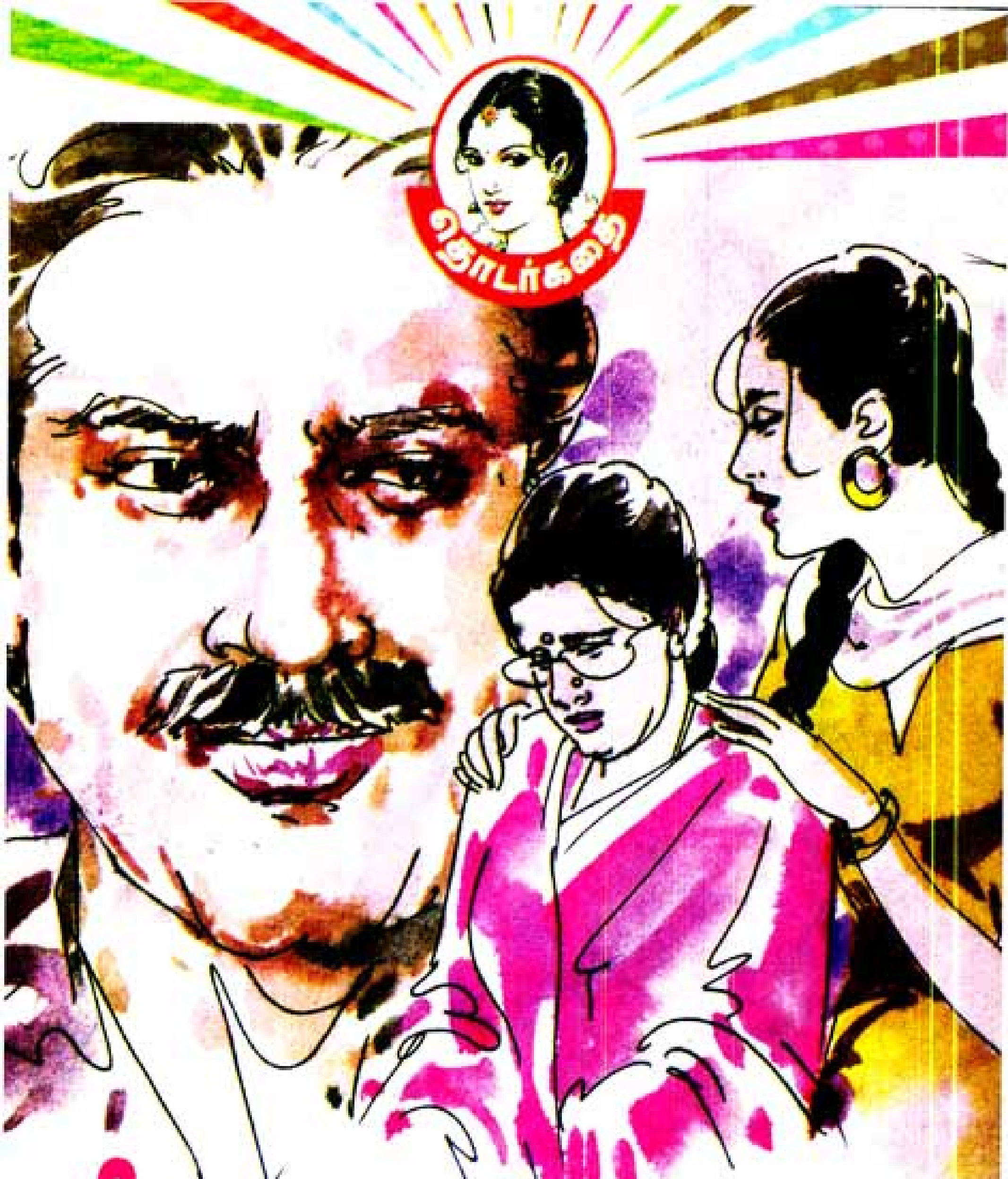
இந்தியாவில் 4, 5 இடங்களில் மட்டுமே உள்ள இந்த ஸ்கேனிங் கருவியின் சிறப்பம்சங்கள்:

* பெட் சி.டி.ஸ்கேன் என்பது உடல் அணுக்களின் செயல்திறன் பற்றியும் அணு பெருக்கத்தைப் பற்றியும் முழு தகவல்களைத் தரவல்லது.
* முக்கியமாக பெட் சி.டி.ஸ்கேன், மனிதனின் உச்சந்தலையிலிருந்து, உள்ளங்கால் வரை முழுவதும் பரிசோதிப்பதால், உடலில் எங்கெல்லாம் புற்றுநோய் இருக்கிறது? அது வேறு எங்கெல்லாம் பரவியிருக்கிறது? நோயின் தீவிரம் எந்த அளவு உள்ளது? என்பதை எல்லாம் துல்லியமாகக் கண்டறியப் பயன்படுகிறது.
* அதேபோல், ரேடியோதெரபி, கீமோதெரபி போன்ற சிகிச்சைகளுக்குப் முன் 'பீரியாடிகல் ரிவியூ' மூலம் நோயின் தாக்கம் எவ்வளவு குறைந்துள்ளது என்பதையும் கண்டறியலாம்.
* மூளையில் ஏற்படும் 'அல்ஸேமெர்ஸ்', 'பார்க்கின்சன்ஸ்', புற்றுநோய் போன்ற நோய்களை கண்டறியவும், அவற்றுக்கு எளிய முறையில் கண்டறியவும், 'பெட் சி.டி. ஸ்கேன்' பயன்படுகிறது.
* புற்றுநோய்க்கு சிகிச்சை அளிக்கும் மருத்துவர்களுக்கு எந்த மாதிரியான சிகிச்சை முறையை பின்பற்ற வேண்டும் என்று தெளிவாக உணர்த்துகிறது. இதயத்தில் உள்ள பிரச்னைகள் மற்றும் தசைகளின் செயல்பாடுகளை அறிய உதவுகிறது.

இலவச ஆலோசனைக்கு: எஸ்.சுபாஷிணி - 93451 20265, 93810 30712



#1, Radial Road, Pallikaranai, Chennai - 600 100.
Tel : +91-44-22469200 (30 Lines), 66300300 (30 Lines), Fax : 22463282
E-mail : info@drkamakdhimemirialhospital.org
Website : www.drkamakshimemorialhospital.org



4

திடீர் கோடை மழை. காற்றில் மண் வாசனையை மீறி சாக்கடை நாற்றம். பக்கத்து மாடியில், எடுக்க ஆளில்லாமல் நனைந்தபடி துணிகள். இந்த மழைக்காகக் காத்திருந்து விடுபட்ட மின்கம்பக் காற்றாடி, ரஜினியைக் கடவுளாக ஏற்ற ஒரு ஆட்டோவின் தலையில் இறங்கியது. பண்பலை வரிசையில் மழை தினங்களின் அனுபவம் பற்றி தொலைபேசச் சொன்னார்கள். மாடி வீட்டு மிக்ஸி சத்தத்துக்குப் பொருத்தமாக பக்கத்து வீட்டிலிருந்து குழந்தையின் அழுகைச் சத்தம். சமையலறை ஜன்னல் கம்பியில் மழைக்கு ஒதுங்கி நின்ற அணிலின் வாயில் ஓர் இலைத்துகள்.

எதையும் ரசிக்க மனமோ நேரமோ இல்லாமல் பரபரப்பாக இட்லித் தட்டில் மாவு ஊற்றிக்கொண்டிருந்தாள் ஆர்த்தி. ஒரு குழியில் குறைந்தது. அடுத்ததில் வழிந்தது. பால் பாக்கெட் எடுத்து மூலையில் கத்தரித்து பாத்திரத்தில் கொட்டும்போது கொஞ்சம் சிந்தியது. லைட்டர் கொண்டு கேஸ் அடுப்பைப் பற்ற வைக்கப் போராடினாள்.

1

பட்டுக்கோட்டை பிரபாகர்



பூக்கும் ஓசை!

''சமையல்கட்டு பக்கம் வர்றதே பாவம் மாதிரி நினைக்கிறே. கம்ப்யூட்டர் கத்துக்கற மாதிரி சமையலும் கத்துக்கிட்டா என்ன கேவலம்? இதுவும் ஒரு கலைதாண்டி.''

''போரடிக்காதேம்மா. இட்லி வைக்கிறதும், பால் காய்ச்சறதும் ஒரு கலையா?''

கலைதான் என்று இப்போது புரிந்தது. இட்லி மாவை மீண்டும் ஃப்ரிட்ஜுக்குள் வைக்கும்போது மூடி வைக்க வேண்டுமா, திறந்து வைக்க வேண்டுமா? இட்லி வேக எத்தனை நிமிடங்கள் அனுமதிக்க வேண்டும்? காகிதத் தட்டுகளை அம்மா எங்கே வைத்திருக்கிறாள்? புறப்படுவதற்குள் மழை நின்று விடுமா? அழைப்பு மணிக்கு உச்சுக் கொட்டிக் கொண்டு ஓடினாள்.

''சீனிவாசன்...''

''ரெண்டாவது மாடிங்க''

கதவை மூடிவிட்டு வருவதற்குள் பாதி பால் பொங்கி வழிந்து... அடச்சே என்றானது. அய்யோ! இந்தப் பூனை எந்தப் பக்கத்திலிருந்து வந்தது? 'ச்சீ, போ!' விரட்டினாள். அது மியாவி விட்டு ஓடியது. புகை வந்து விட்டதே... இட்லி சமைந்திருக்குமா? ச்சி! வெந்திருக்குமா?

பிரெட், கை துடைக்கச் சின்ன துண்டு, டார்ச் லைட், அம்மா ஸ்ரீராமஜெயம் எழுதும் நோட்டு, பால் பாய்ண்ட் பேனா, வெந்நீர் என்று நினைவுபடுத்தி எல்லாம் எடுத்து பிளாஸ்டிக் கூடையில் வைத்து செருப்பணிந்தபோது நினைவு வந்து சமையலறைக்கு ஓடி, கதவில் மாட்டி வைத்திருந்த துப்பட்டாவை எடுத்துப் போட்டுக்கொண்டாள்.

அவ்வளவுதானே, புறப்படலாமா? ச்சே! முக்கியமானதை மறந்தேனே... வங்கியில் பணம் எடுக்க அப்பாவின் கையெழுத்து வேண்டும். அதற்கு செக் புத்தகம் எடுத்துச் செல்ல வேண்டும்.

வீட்டைப் பூட்டிக்கொண்டு லிஃப்ட்டுக்கு வந்தாள். அது எட்டாவது மாடியில் இருந்தது. பொறுமையில்லாமல் படிகளில் இறங்கினாள். கார் பார்க்கிங் பகுதியில் முக்கால்வாசி கார்கள் சென்றிருக்க... மழைக்காக சிலர் ஒதுங்கியிருந்தார்கள். தலையில் பாலிதீன் சுற்றிய டயர் வண்டிக்காரனை பெண்கள் சூழ்ந்து காய்கறி வாங்கினார்கள். வழக்கமாக வாசலில் நிற்கும் செல்வத்தின் இஸ்திரி வண்டியும் மழைக்காக உள்ளே வந்திருந்தது.

இவளைப் பார்த்ததும் செல்வம், ''எப்படிம்மா இருக்காரு அப்பா?'' என்றார் அயர்ன் செய்தபடி.

''நாலு நாளா எல்லா டெஸ்ட்டும் எடுத்து முடிச்சிட்டாங்க. இன்னிக்குத்தான் ட்ரீட்மெண்ட் ஆரம்பிப்பாங்களாம். சரி, நான் புறப்படறேன்.''

''ஆட்டோ பிடிக்கிறதுக்குள்ள நனைஞ்சிடுவேம்மா. இரு. நம்மாளு இருக்கானான்னு பாக்கறேன்'' வேட்டி மடிப்பிலிருந்து செல்ஃபோன் எடுத்துப் பேசிவிட்டு, ''வர்றான். வெய்ட் பண்ணும்மா.''

இஸ்திரி வண்டிக்கு அடியில் செருகி வைத்திருந்த மர ஸ்டூலை ஆர்த்திக்கு எடுத்துப்போட்ட செல்வம், ஏதோ கேட்க நினைத்துத் தயங்கி அடுத்த துணியைத் தேய்க்கத் துவங்கினார்.



எந்த வகை பழ ஜூஸ் செய்தாலும் அதில் வேறு பழத்தின் துண்டுகளைச் சிறியதாக நறுக்கி, அத்துடன் புதினா இலைகள் ஓரிரண்டையும் பொடியாக நறுக்கி ஜூஸின் மேல் தூவி அருந்த சுவை கூடும்.

- சங்கரி வெங்கட், சென்னை 63.

''ஆர்த்தி, உனக்கு எப்பம்மா படிப்பு முடியுது?'' என்றார் செல்வம்.

''இப்ப அஞ்சாவது செமெஸ்டர். இன்னும் ஒரு செமெஸ்டர் இருக்கு. மேற்கொண்டு பி.ஜி. பண்ணணும். அம்மா போதுங்கறாங்க. அப்பா வேற முடியாம படுத்துட்டாரு.''



அதெல்லாம் முடியாதுன்னுட்டேன். வேலைக்குப் போகணும். சம்பாரிக்கணும். என் கால்ல நிக்கணும். மூணு, நாலு வருஷம் போகட்டும்!

''அப்ப சீக்கிரமே ஜாதகம் எடுத்துடு வாங்க. இல்ல?''

''அதெல்லாம் முடியாதுன்னுட்டேன். வேலைக்குப் போகணும். சம்பாரிக்கணும். என் கால்ல நிக்கணும். மூணு, நாலு வருஷம் போகட்டும். எதுக்கு செல்வம் சிரிக்கிறீங்க?''

''ஒரு வார்த்தை மாறாம இதே மாதிரிதான் உன் அக்காவும் சொன்னா'' என்ற செல்வம் அவள் முகம் மாறுவதைப் பார்த்து, ''கோவிச்சுக்காதேம்மா. ஞாபகம் வந்துச்சி. சொன்னேன். எல்லாரும் ஒரே மாதிரியா என்ன? ஆமாம், அர்ச்சனா எங்க இருக்கு? திருச்சிலதானே?'' என்றார்.

''அங்கதான் இருந்தா. இப்ப அம்பத்தூர்ல இருக்கா. வந்து ஒரு வருஷம் ஆச்சி. ஒரு குழந்தை இருக்கு. தெரியுமில்ல?''

''என்ன குழந்தை? நீ போனியா, பார்த்தியா?''

''பொண்ணு, அப்பாவைப் பத்திதான் உங்களுக்குத் தெரியுமே. வீட்டுக்குப் போகலை. கோயிலுக்குத் தூக்கிட்டு வந்து காட்டினா. நல்ல செவப்பு.''

''அம்மா?''

''நான் மட்டும்தான் போனேன். போனதை, பாத்ததை வீட்லகூடச் சொல்லலை.''

''இதைச் சாக்கா வெச்சி கோபத்தை சரிபண்ணியிருக்கலாமே.. விட்டுட்டியே... என்ன பொண்ணும்மா நீ? சொல்லிருக்க வேணாமா?''

''நான் என்ன சொல்றது? அக்காவே ஃபோன் பண்ணிப் பேசினாளே... ஒரே ஒரு தடவை குழந்தையைத் தூக்கிட்டு வந்து காட்றேன், ஆசீர்வாதம் மட்டும் பண்ணுங்கன்னு அழுதா. அப்பா பாதிலயே ஃபோனை வெச்சிட்டாரு. வீட்லேர்ந்து யாராச்சும் போய்ப் பாத்தீங்கன்னா... அவங்க அப்படியே போய்டலாம்னு ருத்ர தாண்டவமே ஆடிட்டாரு.''

பெருமூச்சு விட்ட செல்வம், ''மனுஷனுக்கு இவ்வளவு வீம்பு கூடாது. கல்யாணமாகி நாலு வருஷமாச்சி. இனி எதாச்சும் மாறப் போவுதா? போறப்ப என்னத்தை எடுத்துட்டுப் போகப் போறோம்? சரி, அப்பா ஆஸ்பத்திரில இருக்கறது அவளுக்குத் தெரியுமா?''

''சொல்லலை. நான் பேசுவேன்னு அம்மாவுக்குத் தெரியும். அம்மா ஒண்ணும் சொல்ல வேணாம்னு சொல்லிட்டாங்க.''

''அவங்க கெடக்கறாங்க. நீ சொல்லு. ஆஸ்பத்திரிக்கு வந்து பாக்கச் சொல்லு. ஆட்டோ வந்துடுச்சி. நீ புறப்படு. இவன் பேரு ரவி. நம்பர் வாங்கி வெச்சிக்க. முன் கூட்டி சொன்னா வேற சவாரி போகாம வருவான். நல்ல பையன்.''

ஆட்டோ ஓடிக்கொண்டிருந்தபோது, செல்வம் சொன்னதுபோல அர்ச்சனாவுக்குத் தகவல் சொல்லி விடலாமா என்று யோசித்தாள் ஆர்த்தி.

பதறுவாள். பார்க்கத் துடிப்பாள். தனியாக வரலாம் அல்லது மாமாவுடன் வரலாம். ஆஸ்பத்திரி என்றும் பார்க்காமல் அப்பா அவமானப்படுத்தி விட்டால்? விட்

டால் என்ன, கண்டிப்பாக அவமானப் படுத்துவார். ஏற்கெனவே இருவரும் பட்ட அவமானங்கள் போதாதா?

ஆர்த்தியின் செல்ஃபோன் ஒலித்தது. அய்யோ! அக்காதான்.

''ஹாய்க்கா. எப்படி இருக்கே?''

''நல்லாருக்கேன். அம்மா, அப்பா எப்படி இருக்காங்க?''

''அக்கா, அம்மா நல்லாதான் இருக் காங்க. அப்பாவுக்குத்தான்...''

''அப்பாவுக்கு என்ன?''

''உனக்குத்தான் தெரியுமே. கொஞ்ச நாளாவே அடிக்கடி நெஞ்சு வலி வருமே. நாலு நாள் முன்னாடி மொட்டை மாடில நின்னு எல்லாரும் சாமி ஊர்வலம் பார்த் துட்டிருந்தோம். திடீர்னு மயக்கம் வரு துன்னு சொன்னாரு. அப்படியே சாய்ஞ்சிட் டாரு. சிவராம் ஹாஸ்பிடல்ல அட்மிட் பண்ணோம். காப்பாத்திட்டாங்க. ரெண்டு நாள் ஐ.சி.யுல இருந்தாரு. இப்ப தனி ரூம் குடுத்துட்டாங்க. மைல்ட் அட்டாக்தான் கவலைப்பட வேண்டாம்னு சொன்னாரு டாக்டர். இப்ப நான் ஹாஸ்பிடல்தான் போய்ட்டிருக்கேன்.''

''நாலு நாளாச்சின்றே. ஏண்டி சொல் லலை? பாத்தியா, நீயும் என்னை ஒதுக்கி வெச்சிட்டே. அப்படித்தானே?''

''இல்லக்கா. உன் பேரை எடுத்தாலே அவருக்கு பி.பி. எகிறுது. சொன்னா நீ வந்து பாக்கணும்னு ஆசைப்படுவே. வந்தா அவரு ஆசையா பேசுவாரா? இல்ல அலட்சியப்படுத்துவாரா? எல்லாருக்கும் கஷ்டம். அதனாலதான்... அக்கா... ப்ளீஸ்.. அழாதே...''

''சிவராம் ஹாஸ்பிடல்தானே சொன்னே? ரூம் நம்பர் என்ன?''

''117. அம்மாகூட உங்கிட்ட சொல்ல வேணாம்னுதான் சொன்னாங்க. நீயே ஃபோன் பண்ணிக் கேட்டதுக்கப்புறம் என்னால மறைக்க முடியலை. மாமாவைக் கேளு. நல்லா யோசனை பண்ணிட்டு அப்புறம் வா. ஹாஸ்பிடல் வந்துடுச்சிக்கா. அரை மணி நேரம் கழிச்சி நானே கூப்புடறேன். என்ன?''

முதல் மாடியில் அறை எண் 117க்குள் வந்தபோது, கட்டிலில் அப்பா இல்லை. அம்மா கையில் சின்னதாக அம்மன் படம் வைத்துக்கொண்டு ஓசை இல்லாமல் பிரார்த்தனையில் இருந்தாள்.

''ஏதோ டெஸ்ட் பண்ணணும்னு கூட்டிக்கிட்டுப் போயிருக்காங்க. ஆர்த்தி, பெரிய டாக்டர் நீ வந்ததும் வந்து பார்க்கச் சொன்னாரு. எங்கிட்டயே சொன்னா என்ன? எதுக்கு உன்னை வரச் சொல்றாரு? பயமா இருக்குடி. எதாச்சும் குண்டைத் தூக்கிப் போடப் போறாரா?''

அம்மாவைச் சமாதானப்படுத்திவிட்டு டாக்டர் சிவராமின் அறையை நோக்கி நடந்தாள் ஆர்த்தி.

(தொடரும்)



தோட்டம் இருக்கும் வீடு களில் இப்படி எழுதி வைக்கலாமே!

''தயவு செய்து உள்ளே வரும் பொழுதும் வெளியே போகும் பொழுதும் கேட்டை மூடிச் சென் றால், ஆடு, மாடுகளிடமிருந்து எங்களைக் காப்பாற்றிய புண்ணி யம் கிடைக்கும். நன்றி,

இப்படிக்கு,
ரோஜா, மல்லி, துளசிச் செடிகள்.

- சங்கரி விஸ்வநாதன்,
குடந்தை.

இரத்த சர்க்கரை பரிசோதனை

இப்போது டிகோடட் ஆகிவிட்டது



நீரிழிவால் பாதிக்கப்படும் ஒரு நபர் வாழ்க்கையில் சில முக்கிய விஷயங்களை சரிவர வைத்துக் கொள்ள வேண்டும் அவை

உணவு முறை. உடற்பயிற்சி. மருந்து.

அவர்கள் மனதில் தோன்றும் முக்கிய கேள்விகள்:

நான் என்ன சாப்பிட வேண்டும் எவ்வளவு சாப்பிட வேண்டும்?

எனக்குத் தேவையான உடல் உழைப்பு நடவடிக்கைகள் என்ன?



எனது இன்சுலின் மற்றும் இதர மருந்து அளவுகள் என்னவாக இருக்க வேண்டும்?

இந்த கேள்விகளுக் கெல்லாம் ஒரு எளிய பதில் உண்டு. **அது தொடர்ச்சியான இரத்த குளுகோஸ் சுய கண்காணிப்பு பரிசோதனைகள்.**

எனினும், நீரிழிவு உடைய நபருக்கு மற்றுமொரு பெரிய கேள்வி பாக்கி உள்ளது. அது:

நான் சரியான குளுகோ-மீட்டரை தேர்ந்தெடுப்பது எப்படி?

குளுகோமீட்டரைத் தேர்ந்தெடுக்கும்போது எளிதாகப் பயன்படுத்தக்கூடிய,

> "குளுகோமீட்டரைத் தேர்ந்தெடுக்கும்போது எளிதாகப் பயன்படுத்தக்கூடிய, வசதியான மற்றும் துல்லியமான முடிவுகளைக் காட்டும் ஒன்றைத் தேர்ந்தெடுப்பது மிக முக்கியம்.

வசதியான மற்றும் துல்லியமான முடிவுகளைக் காட்டும் ஒன்றைத் தேர்ந்தெடுப்பது மிக முக்கியம். ஒரு குளுகோமீட்டரில் கோடிங் (டெஸ்ட் ஸ்ட்ரிப்களின் எதிர் விளைவு உடன் இரத்த குளுகோஸ் மீட்டர் ஒப்பிடும் ஒரு முறை) செய்யும் அசௌகரியத்தை தவிருங்கள். ஏனெனில் தவறுதலான கோடிங்-ஆல் துல்லியமற்ற முடிவுகள் உங்கள் சிகிச்சை தீர்மானங்கள் மீது பெரும் தாக்கத்தை ஏற்படுத்தும்.

இதற்கு பதிலாக No Coding™ technology உள்ள CONTOUR TS பயன்படுத்துங்கள். இது ஒரு புதிய பரிசோதனை ஸ்ட்ரிப் செருகப்படும்போதெல்லாம் தானே சரியான கோட்-ஐ செட் செய்கிறது. சில பரிசோதனை ஸ்ட்ரிப்கள் மூலமே இது மிகவும் துல்லியமான முடிவுகளை அளிப்பதால் தவறுதலாக கோட் செய்யப்பட்ட மீட்டர்கள் காரணமான துல்லியமற்ற முடிவுகளுக்கான வாய்ப்பு குறைவுதான்.



கூடுதல் தகவலுக்கு உங்கள் மருத்துவரை தொடர்பு கொள்ளுங்கள் அல்லது

எஸ்எம்எஸ்: 56767555

அனைத்து பெரிய மருந்து கடைகளிலும் கிடைக்கும்.

No Coding. No Confusion.

CONTOUR TS
Blood Glucose Monitoring System

Bayer HealthCare
Diabetes Care



என் ஓரகத்தி மகன் சரியான இரட்டை வால். ஒருமுறை டி.வி.யில் சாமி முன் சுப்ர பாதம் பாடுவதைக் காண்பித் தார்கள். அது என்ன என்று கேட் டான். ''அது சுப்ரபாதம். சுவாமியை எழுப்புவதற்காகப் பாடுகிறார்கள்'' என் றேன். சுப்ரபாதம் முடிந்து அபிஷேகம் காண்பித்தார்கள்.

அதற்கு அவன், ''சுவாமி எழுந்து கொள்ள மாட்டேன்றாருன்னு அவரு மேல தண்ணீர் ஊற்றுகிறார்களா?'' என்று அப்பாவியாகக் கேட்டானே பார்க்கலாம்.

- எஸ். கோமதீஸ்வரி மீனா,
வேலப்பாடி.

என் கணவரும், மகனும் டி.வி.யில் மனிஷா கொய்ராலா நாயகியாக நடித்த ஒரு படத்தைப் பார்த்துக் கொண்டிருந் தார்கள். என் கணவருக்கு கதாநாயகி யார் என்று தெரியவில்லை.

என் மகனிடம், ''அந்தக் கதாநாயகி யாருடா?'' என்றார். உடனே என் மகன் ''மனச கொய்ராளாப்பா'' என்றான். தன்னை மகன் நக்கல் செய்வதாக எண்ணி, ''என்னடா, நான் என்ன கேட்டேன். கிண்டலா பதில் சொல்றே?'' என்றார். என் மகனும் விடாமல், ''கேட்ட கேள்விக்குதானப்பா பதில் சொன்னேன். நீங்க நடிகை யார் என்றீர்கள் நான் மனிசா கொய் ராலா என்பதைக் கொஞ்சம் காமெடி யாகச் சொன்னேன்'' என்றானே பார்க்க லாம்.

- கே.பி. தேவி பெருமாள்,
சென்னை -6.

என்னுடைய தம்பியின் குழந்தை அபிஷேக்குக்கு இரண் டரை வயதுதான் ஆகிறது. அவர்கள் சேலத்திற்கு அவனு டைய தாத்தா வீட்டுக்குச் சென்றனர். அவர்கள் சென்ற பஸ்ஸின் பெயர் 'மேகலா!' அவனுக்கு

மனச்

ஒரே சந்தோஷம். அவன் அவனுடைய அம்மாவிடம், ''நாம்ப நெக்ஸ்ட் எதுலே போவோம்?'' என்றான்.

அவளோ, ''தாத்தா வீட்டிற்கு'' என் றாள்.

அபிஷேக் உடனே, ''இல்லை, அம்மா நாம்ப ''பொறந்த வீடா புகுந்த வீடா'' போவோம் என்றான்.

அவன் அம்மா ''நெக்ஸ்ட்?'' என்றாள்.

அவன், ''கோலங்கள்ல'' என்றான்.

அவள் ''நெக்ஸ்ட்?'' என்றாள்.

அவன், ''அரசில'', ''லட்சுமி''லே என்றான்.

அவள் அப்போதும் விடாமல், ''நெக்ஸ்ட்?'' என்றாள்.

அவன் உடனே, ''தூங்குற பஸ்லே'' என்றானே! அங்கிருக்கும் அனைவரும் கைகொட்டிச் சிரித்தனர். எல்லாம் மெகா சீரியல்களின் தாக்கம்!

- கே. பார்வதி ஸ்ரீநிவாஸன்,
பெங்களூரு - 3.

என் மாமாவின் நான்கு வயது பேரன் ஆதித்யா. பள்ளிக்கு எந்த மதிய உணவைக் கட்டித் தந்தாலும் சாப்பிடாமலேயே திருப்பி எடுத்து வந்து விடுவான்.

ஒருநாள் அவனுடைய அம்மா சப்பாத்தி செய்து தந்தாள். அன்று டிபன் பாக்ஸ் காலியாக வந்தது. அதனால் அவள் அடிக்கடி சப்பாத்தி செய்து அனுப்பினாள்.

சப்பாத்தி கட்டிக் கொடுக்கும் நாட்களில் எல்லாம் டிபன் பாக்ஸ் காலியாக வந்ததால் அவள் மிகவும் மகிழ்ந்து போய், ஆதித்யாவிடம்,



கொய்ராளா அப்பா?

''ஏண்டா, அம்மா தினமும் சப்பாத்தியையே கட்டவா? உனக்கு சப்பாத்தின்னா அவ்வளவு பிடிக்குமா?'' என்று கேட்டதற்கு அந்தச் சுட்டி, ''ஆமாம்மா, தினமும் சப்பாத்தியே கட்டிக் கொடுங்க; எங்க ஸ்கூலிலே இருக்கிற வாத்துங்களுக்கு சப்பாத்தி மட்டும்தான் பிடிக்குது. மத்த டிபன் எதையும் சாப்பிட மாட்டேங்குது'' என மழலையில் கூற,



அனைவரும் சிரித்து விட்டோம்.

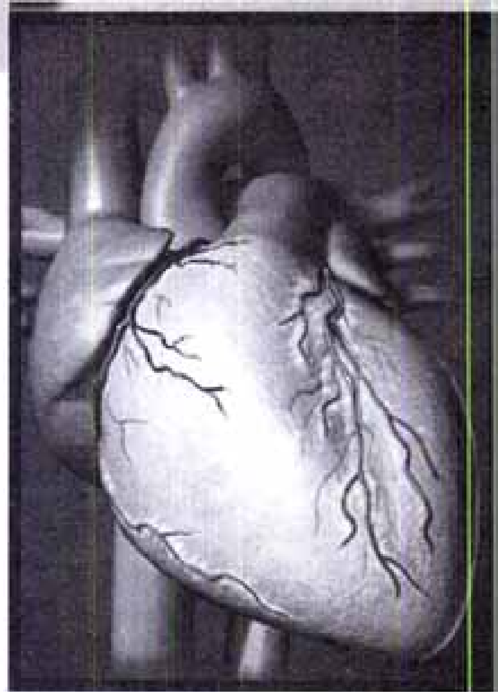
- நித்யா ரமேஷ், சென்னை - 37.

என் மகன், சித்து இரண்டு வயது குழந்தையாக இருந்த பொழுது சுதந்திர தின நாள் வந்தது. என் அம்மா, மாலை உப்புச் சீடை செய்தாள். சித்து தூங்கி எழுந்தவுடன் டி.வி.யில் கொடி ஏற்றும் விழாவில் தேசிய கீதம் பாடப்படுவதைக் காட்டினார்கள்.

''அம்மா, இது என்ன?'' என்று கேட்க, நான் டி.வி. யைப் பார்த்துக் கொண்டே, ''இது நேஷனல் ஆன்தம்'' எனச் சொன்னேன்.

சித்து அது உப்புச் சீடையின் பெயர் என நினைத்து, இன்றும், ''அம்மா, எனக்குச் சாப்பிட நேஷனல் ஆன்தம் தா'' எனக் கேட்டு சிரிக்க வைப்பான்!

- கவிதா கணேஷ், பெங்களூர்.



மகளிருக்கும் வரும்

ஆண்களுக்கு மட்டும்தான் மாரடைப்பு வரும் என்பது தவறு என்று, 1949 ஆம் ஆண்டு ஃப்ரமிங்ஹாம் ஆய்வு வெளியிட்டிருக்கிறது. அதிலும் அதிர்ச்சியூட்டும் அம்சம், மாரடைப்பு வந்தவர்களில், ஒரு வருடத்துக்குள் மரணமடைகிறவர்கள் ஆண்கள் 10 சதவிகிதம் என்றால், பெண்கள் 45 சதவிகிதம்!

இடதுமார்பில் ஓர் யானை உட்கார்ந்திருப்பது போல ஆண்கள் உணர்வார்கள். மார்பு எலும்பின் கீழே, மேல் வயிற்றுப் பகுதியில், அதே வலியைப் பெண்கள் அனுபவிப்பார்கள். இந்த வலி வரும்போது, வியர்த்துக் கொட்டும். தலை லேசாகி விடும். வாந்தி வரும். ஆனால் இவை அஜீர்ணக் கோளாறு அல்லது மெனோபாஸ் அறிகுறி என்று தவறாக நினைத்து விடுகிறார்கள். எனவே உடனடியாக டாக்டரைப் பார்ப்பதைத் தள்ளிப் போடுகிறார்கள். அதிலும், பெண்கள் தங்கள் நோயின் அறிகுறிகளை டாக்டரிடம் சொல்லுவதையும் தாமதப்படுத்துவார்கள். டாக்டர்களும் பெண்களுக்கு மாரடைப்பு வரும்போது, ஆண் நோயாளிகளிடம் ஈ.சி.ஜி. போன்ற பரிசோதனைகள் செய்யச் சொல்வது போல், பெண்களிடம் சொல்வதில்லை.

நெஞ்சுவலி சம்பந்தப்பட்ட அறிகுறிகளை வெளிப்படுத்துவதில் ஆண்களுக்கும் பெண்களுக்கும் நிறைய வேறுபாடுகள் இருப்பதால், பரிசோதனை முடிவுகளில், பெண்களைப் பொறுத்தவரை நம்பகத்தன்மை இருப்பதில்லை.

மூன்றில் ஒரு பங்கு பெண்களில், உடற்பயிற்சியின் தாக்கத்துக்குப் பிறகு, மாறுபாடுகள் எதுவும் இல்லாதபோதே, இருப்பதாகக் காட்டுகின்றன. பயிற்சியின் போது, ஓர் ஆரோக்கியமான பெண்ணின் இதயத் துடிப்பு, CADயின் போது வெளிப்படும் இதயத் துடிப்பைப் போலவே இருக்கும். ஈஸ்ட்ரோஜன் அளவுகளில் உள்ள மாறுதல்கள் இதற்குக் காரணமாக இருக்கலாம். மருத்துவர்களும், டெக்னீஷியன்களும் பெண்களின் ஈ.சி.ஜி முடிவுகளைக் கணிக்கும்போது வெகு கவனமாக இருக்கிறார்கள். பொதுவாக, இந்தச் சோதனை பெண்களைப் பொறுத்தவரை நம்பும்படி இருந்தாலும், மார்பகத் திசுக்கள் இதயத்தின் சரியான நிலையை வெளிப்படுத்தாமல் மறைத்துவிடும்.

எனவே Sphygmocar முறை பரிசோதனை ஆண்களுக்கும் பெண்களுக்கும் செய்து பார்க்கலாம். இது சென்னையில் சில மருத்துவமனைகளில் மட்டுமே இருக்கிறது.

பெரும்பாலும் நீங்கள் எப்படி உணருகிறீர்கள் என்பதைப் பொறுத்தே சிகிச்சை தொடங்குகிறது. வலி, அழுத்தம், அசௌகரியம் அல்லது ஒரு குறிப்பிட்ட அறிகுறியை நீங்கள் உணர்ந்தால், உங்கள் உடல்நிலையில் நீங்கள் கவனம் செலுத்த வேண்டும் என்ற எச்சரிக்கையே அது. ஒரு குறிப்பிட்ட அறிகுறியோ, பல அறிகுறிகளோ, நபருக்கு நபர், நிலைமைக்கு நிலைமை, மாறுபடும்.

ஒருவருக்கு வலியைத் தாங்க முடியா

மல் இருக்கலாம். இன்னொருவருக்கு அது தெரியவே தெரியாது. வலி என்பது அவரவர் அனுபவிக்கும் அளவைப் பொறுத்தது. நிலைமையின் தீவிரத்தை அது குறிப்பாக உணர்த்தாது. ஒருவர் பாதிக்கப்பட்ட இதயத்தோடு இருக்கலாம். ஆனால் எவ்வித அறிகுறியும் இருக்காது. மாறாக, எந்தக் காரணமும் இல்லாமல், ஒருவர் பயங்கர வலியை அனுபவிக்கலாம்!

உங்கள் மருத்துவர் உங்கள் வலியை விளக்கச் சொல்லுவார். உங்கள் டாக்டர் உங்களை எதுவும் கேட்கவில்லை என்றாலும், உங்களுக்கு அசௌகரியம் இருந்தால் அவரிடம் தெரிவியுங்கள். உங்கள் உடலில் எந்தக் குறிப்பிட்ட பாகத்தில் வலி

மாரடைப்பு!

இருக்கிறது? எந்த அளவுக்கு இருக்கிறது? தீவிரமாக இருக்கிறதா? மழுப்பலாக இருக்கிறதா? ஓய்வு எடுத்தால் குறைகிறதா? இரவிலா, பகலிலா - எப்போது அசௌகரியமாக இருக்கிறது?

இதயத்துக்கு ஆக்ஸிஜனோடு கூடிய இரத்த ஓட்டம் நிறுத்தப்பட்டால் மாரடைப்பு வரும். தீவிரமான நெஞ்சுவலி, அல்லது இடதுதோள்பட்டை வழியாகக் கையில் பரவுவது, பின்பக்க வலி, பற்கள் அல்லது தாடைப் பகுதி வலி, இவைதாம் அறிகுறிகள்.



★ டாக்டர் பி. அயாஸ் அக்பர்

அமெரிக்காவில் சுமார் 2½ லட்சம் பெண்கள் இதயநோய் காரணமாக மரணமடைகிறார்கள். Oxymed மருத்துவமனையில் Angio Cartogram/Sphygmocar மூலமாக இதயத்திலிருக்கும் அடைப்புகளை ரூபாய் 4500/- செலவில் மட்டும் கண்டறியலாம்.

பெண்களைப் பொறுத்தவரை அஜீரணக் கோளாறு அல்லது மாதவிலக்குக்கு முந்தைய நிலைமை என்று மருத்துவர்கள் முடிவு எடுப்பதுதான், இதய சம்பந்தமானது என்று முடிவு செய்ய இயலாத அளவுக்கு, பெண்களின் நோய் அறிகுறிகள் இருக்கின்றன. பெண்கள் நோய் அறிகுறிகளை அவர்களாகவே அறிவதும் இல்லை. மாரடைப்பு விஷயத்தில் அறிகுறிகளைத் தெரிந்துகொள்வது அவசியம்.

பெரும்பாலான மகளிர் மாரடைப்புக்கு அறிகுறிகள் -

★ வலியோ, அழுத்தமோ நெஞ்சிலிருந்து கிளம்பி கைகளுக்கும், தாடைக்கும் பரவுவது.

★ நெஞ்சில் எரிச்சல், வயிற்றின் மேற்பகுதி எரிச்சல்.

★ மூச்சுத் திணறல், சீராக இல்லாத இதயத் துடிப்பு, தலைசுற்றல், வியர்வை, சோர்வு, வாந்தியெடுத்தல்.

அஞ்சைனா அடிக்கடி வந்தால், அது மாரடைப்பின் அறிகுறி. உடனே டாக்டரைப் பார்க்க வேண்டும். அடைப்புகளை அகற்றவோ, இரத்த நாளங்களில் இரத்த ஓட்டத்தை மெலிதாக்கவோ, மருந்துகள் இருக்கின்றன. கரோனரி பலூன் ஆஞ்சியோ பிளாஸ்ட்டி, கரோனரி ஆர்ட்டரி பைபாஸ் அறுவை சிகிச்சை, இரத்த ஓட்டத் தடையை விலக்கிவிடும். அடுத்தடுத்து அறுவை சிகிச்சை செய்து கொள்ள விரும்பாதவர்கள், வேறு வகை சிகிச்சைகள் மூலம், Oxymed மருத்துவமனையில் தங்காமலேயே உயிர் பிழைக்கலாம்.

விவரங்கள் அறிய:

டாக்டர் பி. அயாஸ் அக்பர், தலைவர், ஆக்ஸிமெட் ஹாஸ்பிடல்ஸ் பிரைவேட் லிமிடெட், ஆலோசகர்: பிரிவென்டிவ் கார்டியாலஜிஸ்ட் செலேஷன் & பயோ ஆக்ஸிடேடிவ் தெரபிஸ்ட்

போன் : 044-42131010/1014/1016

e-mail: oxymedhospitals@ yahoo.com

website : www.oxymedhospitals.in



இந்த மாதம் 'எங்க வாழ்க்கை' பகுதிக்காக, மேஜிக் ஷோ நடத்த சென்னைக்கு வந்த உலகப் புகழ்பெற்ற மேஜிக் நிபுணர்களான கே. லால் மற்றும் அவரது மகன் ஜூனியர் லால் குழுவில் இடம்பெற்றுள்ள பெண்களைச் சந்தித்தோம்.

ஊரு விட்டு

• இந்தியாவின் மிகப் பிரபலமான மேஜிக் நிபுணர்கள் ஏறத்தாழ அனைவருமே மேற்கு வங்காளம், குஜராத் அல்லது கேரளாவைச் சேர்ந்தவர்கள் என்பதால், அந்தக் குழுக்களில் பணியாற்றுபவர்கள் அனைவரும் அதே மாநிலங்களைச் சேர்ந்தவர்களாகவே இருப்பார்கள். மேடையில் பங்கேற்பவர்களில் பன்னிரண்டு முதல் பதினைந்து பேர் ஆண்கள். எட்டு முதல் பத்து பெண்கள் இருப்பார்கள்.



• பொதுவாக, குடும்பத்தை, சொந்த ஊரை விட்டு பல மாதங்கள் தனியாக இருக்க வேண்டும் என்பதால், மேஜிக் குழுக்களை நடத்துபவர்கள் மீது முழுமையான நம்பிக்கை இருந்தால் மட்டுமே பெண்களை மேஜிக்கில் சேர அனுப்புவார்கள். எனவே, பெரும்பாலும் மேஜிக் குழுவில் பணியாற்றுபவர்களின் உறவு மற்றும் தெரிந்தவர்கள்தான் மேஜிக் குழுவில் சேர்ந்து



பணியாற்ற முன்வருவார்கள். சில சமயங்களில் பத்திரிகைகளில் விளம்பரம் கொடுத்து ஆள் எடுப்பதும் உண்டு.

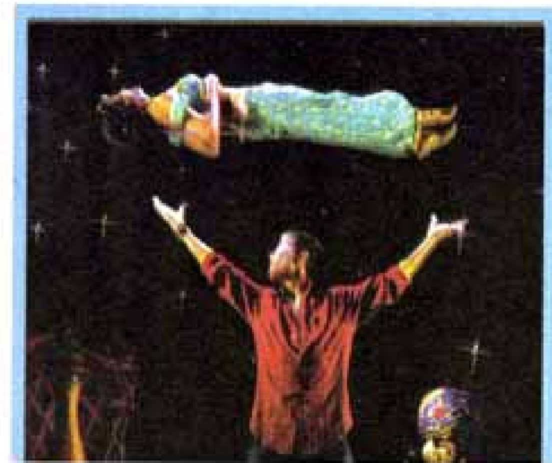
● ''மேஜிக் குழுக்களில் பல வயதுடைய ஆண்களும் பெண்களும் ஒன்றாகப் பணியாற்ற வேண்டி இருப்பதால், ஒழுக்கம் மிக முக்கியம். புதிய இடங்களில், பெண்கள் தனியாக ஊர் சுற்றப் போகக் கூடாது என்பது விதி. அவசியமானால், முன் அனுமதி பெற்று நாலைந்து பேர் சேர்ந்து போகலாம். பொதுவாக காதலுக்குத் தடா என்றாலும், சில குழுக்களில் காதலித்துத் திருமணம் செய்துகொண்டவர்களும் இருக்கிறார்கள்.

● மேஜிக்கில் உண்மையான ஈடுபாடு இருந்தால் மட்டுமே தாக்குப்பிடிக்க முடியும். வயிற்றுப் பிழைப்புக்காக வேலைக்கு வந்தால் சீக்கிரமே சீட்டு கிழிந்துவிடும். குழுவில் சேர்ந்த முதல் பத்து பதினைந்து நாட்களுக்கு ஒன்றும் சொல்லிக் கொடுக்க மாட்டார்கள். பார்வையாளர்களோடு அமர்ந்து ஒவ்வொரு ஐட்டத்தையும் உன்னிப்பாகக் கவனித்துப் பழக வேண்டும். ஒவ்வொரு ஐட்டம் முடிந்தவுடனும், அரங்கத்தில் ஏற்படும் பலத்த கைத்தட்டல் அவர்கள் மனதில் படிப்படியாக ஆர்வத்தை அதிகரிக்கும். தான் மேடை ஏறப்போகும் நாளை அந்தப் பெண் ஆர்வமுடன் எதிர்பார்த்துக் காத்திருப்பாள். அதன் பிறகு, தானும் மற்றவர்களைப் போல மேடை ஏறி மேஜிக் நிகழ்ச்சியில் பங்கேற்க முடியும்.

...ஒரு வந்து...



● சாப்பாட்டு விஷயத்தில் நாங்கள் மிகவும் கவனமாக இருக்க வேண்டும். உணவு விஷயத்தில் கட்டுப்பாடு இல்லாமல் கொஞ்சம் தாராளம் காட்டிவிட்டால், உடம்பு பெருத்துவிடும். மேடையில் துடிப்புடன் இயங்குவதைப் பாதிக்கும். எனவே, உடம்பை சிக்கென்று வைத்துக் கொள்ள வேண்டியது மிகவும் கட்டாயம்.



● மேஜிக் குழுவில் பணிபுரியும் பெரும்பாலான பெண்கள் திருமணத்தை கூடியவரை தள்ளிப் போடுவார்கள். ஒருகட்டத்தில் குடும்பத்தினரது ஆலோசனையை ஏற்று





• ஃபிரான்ஸ் நாட்டில் எங்கள் ஷோவை நடத்த அழைத்த ஒருவர், எங்கள் குழுவுக்கு இரண்டு கோடி ரூபாய் அளிக்க முன்வந்தார். ஆனால், அந்த அழைப்பை எங்கள் சீனியர் லால்ஜி ஏற்க மறுத்து விட்டார். காரணம், குழுவின் அனைத்துப் பெண்களும் முக்கால் நிர்வாணமாக உடை அணிந்துதான் மேடையில் தோன்ற வேண்டும் என்று நிபந்தனை போட்டார் அந்த ஸ்பான்சர்.

"இந்தியப் பாரம்பரியத்தில் வந்த எங்கள் பெண்கள் அப்படியெல்லாம் மேடையில் தோன்ற மாட்டார்கள். உங்கள் பணமே எனக்கு வேண்டாம்" என்று முகத்தில் அடித்தாற்போல பதிலளித்தார் லால்ஜி.

திருமணம் செய்துகொண்டு, மேஜிக் குழுவிலிருந்து விலகிவிடுவார்கள். திருமணமான பெண், குடும்பத்தை விட்டுவிட்டு ஊர் ஊராகச் செல்ல முடியுமா? அல்லது குழந்தை பெற்றுக் கொள்வதைத்தான் தள்ளிப் போட முடியுமா?

• ஏதாவது ஊருக்கு வந்து இறங்கினால் ஒருநாள்கூட விடாமல் தொடர்ந்து ஒரு மாதம் வரைகூட நிகழ்ச்சி நடக்கும். வருடத்தில் இரண்டு, மூன்று முறை ஊருக்குச் சென்று குடும்பத்தினரைப் பார்க்க முடியும். இடையில் வீட்டில் விசேஷம் என்றால் சென்று வரலாம் என்றாலும், எந்த ஊரில் நிகழ்ச்சி என்பதைப் பொறுத்தது அது.

• திடீரென்று உடல்நலக் குறைவு ஏற்பட்டால், மேஜிக் குழுவில் உடனடியாக மருத்துவமனையில் சேர்த்து சிகிச்சை அளிக்க ஏற்பாடு செய்வார்கள். அதற்கான செலவையும் முழுமையாக ஏற்றுக் கொள்வார்கள். இருப்பினும், உடம்பு சரி இல்லையென்றால் அவரவர் குடும்பத்தினரது கவனிப்பே தனிதானே! சென்னையில் மேஜிக் நிகழ்ச்சி நடந்தபோது, ஏழு மேஜிக் ஐட்டங்களில் பங்கேற்கும் பெண்ணுக்கு வைரஸ் ஜுரம் வந்துவிட்டது. ஆஸ்பத்திரியில் சேர்த்து தொடர்ந்து டிரிப்ஸ் ஏற்றும்படியானது. அந்தச் சமயத்தில் எங்களில் யாராவது ஒருவர் மாற்றி மாற்றி ஆஸ்பத்திரிக்கும் போய்க்கொண்டு, அவர் இடம்பெற வேண்டிய மேஜிக் ஐட்டங்களில் நாங்கள் பங்கேற்று, எந்த விதமான தடங்களும் இல்லாமல் பார்த்துக்கொண்டோம்.

• பல ஊர்களுக்கும் செல்லும்போது, அந்தந்த ஊர் சாப்பாடு சாப்பிடுவது உடல் நலத்தைப் பாதிக்கும் என்பதால் நாங்களே தான் சமையல் செய்து கொள்வோம். ஆண்களுக்கும், பெண்களுக்கும் தனி யிடம்; தனி சமையல்; மாலையில் அரங்கத்துக்குப் புறப்படுவதற்கு முன்பாக, இரவு சாப்பாட்டுக்குச் சமைத்து வைத்துவிட்டுப் போக வேண்டும்; இரவு நிகழ்ச்சி முடிந்து திரும்பும்போது சோர்வாக இருக்கும்; மாலையில் சமைத்த உணவைச் சூடாக்கி சாப்பிடுவோம்.

தொகுப்பு, படங்கள் :
எஸ். சந்திரமௌலி



இதன் சுவை அறிந்தவர்கள் மற்றொன்றை தேடுவதில்லை!





ICE CREAM POWDER
CUSTARD POWDER
JELLY CRYSTALS
CORN FLOUR
BAKING POWDER





Mfg. & Packed by

ROOPAM ENTERPRISES

CHENNAI-600 035

UNIQUE : 98408 34031

ஸ்ரீ குரு ராகவேந்திராய நமஹ

புனித யாத்திரை

49 வருட அனுபவமுள்ள ஸ்தாபனம்

ஸ்தாபகர் : வி.சுப்பாராவ் உரிமையாளர்: எஸ்.பத்ரி ESTD : 1959

வேறு கிளைகள் கிடையாது

3.7.2008 14.8.2008	4 நாட்கள் கொண்ட மந்திராலய யாத்திரை - நெல்லூர், ஸ்ரீ சைலம், மந்திராலயம், மகாநந்தி, அஹோபிலம் ஆகியன. கட்டணம் ரூபாய் **2500/-** (2X2 புஸ்பேக் பஸ்)
15.9.2008	5 நாட்கள் கொண்ட காசி, கயா, பொக்ரா, முக்திநாத், சித்ரகூடம், நேபாள், அலகாபாத், நைம்மசாரண்யம், பசுபதிநாதர் ஆகியவை. ஹெலிகாப்டர் கட்டணம் ரூபாய் **20000/-**
12.7.2008 8.9.2008	12 நாட்கள் கொண்ட காசி யாத்திரை - பூரி, புவனேஸ்வர், கோனார்க், காசி, கயா, அலகாபாத், அயோத்தியா, நைம்மசாரண்யம் ஆகியவை. கட்டணம் ரூபாய் **6500/-**
1.8.2008 6.9.2008	14 நாட்கள் கொண்ட மஹாராஷ்டிரா யாத்திரை - பாம்பே, நாசிக், பஞ்சவடி, திரியம்பகேஸ்வர், சீரடி, சனிசிங்கனாப்பூர், நாகநாதம், பண்டரிபுர், பீமாசங்கர், மகாகாளேஸ்வர், ஓங்காரேஸ்வர், வைத்தியநாதம், உஜ்ஜயின் அஷ்டகணபதி ஆகியவை. கட்டணம் ரூபாய் **7900/-**
19.8.2008 10.9.2008	14 நாட்கள் கொண்ட பஞ்சதுவாரகா யாத்திரை - அகமதாபாத், டாக்கூர் துவாரகா, பேட்டி துவாரகா, நாகேஸ்வரம், ஹரிசித்திமாதா, போர்பந்தர், புஸ்கர், மாத்ருகயா, அம்பாஜி, மவுண்ட் அபு, சோம்நாத், ஸ்ரீநாத் துவாரகா, காங்குரோலி, கோமதி துவாரகா ஆகியவை. கட்டணம் ரூபாய் **7500/-**
15.10.2008	12 நாட்கள் கொண்ட தீபாவளி கங்காஸ்நானம், காசியாத்திரை, பூரி, புவனேஸ்வர், கோனார்க், காசி, கயா, அலகாபாத், அயோத்தியா, நைம்மசாரண்யம் ஆகியவை. கட்டணம் ரூபாய் **6500/-**
14.7.2008 23.10.2008	9 நாட்கள் கொண்ட தீபாவளி கங்காஸ்நானம், காசியாத்திரை, காசி, கயா, அலகாபாத், ஆகியவை. கட்டணம் ரூபாய் **4500/- (4.8.2008, 14.9.2008, 11.11.2008, 20.12.2008)**

90 நாட்களுக்கு முன்பு ரயில்வே டிக்கெட் ரிசர்வேஷன் செய்ய இருப்பதால் 3 மாதங்களுக்கு முன்பே பெயர், வயது, அட்வான்ஸ் செலுத்தி முன் பதிவு செய்து கொள்ளவும். குறிப்பு: காலை காபி டிபன் 2 வேளை சாப்பாடு தங்கும் இடவசதி சுற்றிப்பார்க்கும் செலவு அனைத்தும் கம்பெனிக்கு உட்பட்டது

மேலும் விவரங்களுக்கு: **ஸ்ரீ விஜயா டிராவல் சர்வீஸ்**

Old No.29, New No.18, ஆரிமுத்து ஆசாரி தெரு, திருவல்லிக்கேணி, சென்னை-600 005.



புதுவித பாகற்காய் சிப்ஸ்!



பாகற்காய் 250 கிராம் வாங்கி, வட்டமாக பொரியலுக்கு நறுக்குவது போல் நறுக்கி ஒரு பாத்திரத்தில் போட்டு, தேவையான அளவு உப்புப் போட்டு குலுக்கி வைக்கவும்.

ஒரு சிறிய எலுமிச்சம் பழம் எடுத்து நறுக்கி விதைகளை நீக்கிவிட்டு, ஜூஸை பாகற்காய் மேல் பிழியவும். மீண்டும் நன்கு குலுக்கிவிட்டு, மூடி போட்டு ஓரிரு நாட்கள் ஊறவிடவும். [ஃப்ரிட்ஜில் கூட வைக்கலாம்]

பிறகு எடுத்து வெயிலில் காயவைக்கவும். நன்கு காய்ந்ததும், சிறிதளவு எண்ணெயில் பொரித்து எடுக்கவும். பொரித்ததில் காரம் மட்டும் சேர்த்து நன்கு குலுக்கி வைக்கவும். நாட்கணக்கில் கெடாமல் இருக்கும்.

புளிப்பின் காரணமாக கசப்பு குறைந்து 'செம டேஸ்ட்' ஆக இருக்கும். சாதாரணமாக, பாகற்காயை வெறுமனே நறுக்கிக் காயவைத்து பொரித்தால் அளவு சுருங்கிவிடும். ஆனால், இந்த முறையில் அளவு மாறாமல், பாகற்காய் சைஸ் அப்படியே இருக்கும்.

- எஸ். விஜயலக்ஷ்மி,
ஹைதராபாத் - 35.



ஆஹா 50!

நம் வீட்டு வேலைக்காரிக்கு மாதா மாதம் ஒன்ணாம் தேதி அன்றே புது நோட்டாக சம்பளம் தர வேண்டும். இதில் நமக்கும் அவர்களுக்கும் மகிழ்ச்சி கிட்டும்.

- லக்ஷ்மி கணபதி,
கோவை.

ATTENTION : 10TH / +2 / GRADUATES / HOUSEWIVES / TEACHERS





100% JOB ORIENTED

SRI VENKATESWARA

Montessori / Kindergarten Teachers Training School

H.O.:A.T.Nagar Annexe
(Virugambakkam), Chennai - 600 087.
Ph : 32991088 Cell : 94442 07508, 98415 90855

(AMS Syllabus) (Regd.)

COURSES OFFERED:

Regular / Postal
English / Tamil

- Diploma Course - 6 Months
- Advanced Diploma Course - 1 Year
- Dip. in DECE (TNOU) - 1 Year
- Dip. in Infant Doddler (Day Care / Creche) - 6 Month / 1 year
- B.Ed (Under distance education - Integrated Course) - 1 Year

Play School Consultancy (Holistic Method)

Branches

AT CHENNAI : • Virugambakkam • T.Nagar • Ambathur • Perambur • Medavakkam - 94442 07508 • Avadi - 94449 05952 • Vyasarpadi - 93827 35627 • Tambaram - 99401 92297 • Tirumullaivoil - 94440 77885. AT TAMILNADU : Vellore - 94433 20177 • Chengalpet - 99945 80132 • Pondicherry - 99944 48046 • Vedaranyam - 93677 16062 • Vadalur - 94423 35592 • Chidambaram - 97891 17891 • Coimbatore - 93632 62325 • Madurai - 98428 92341 • Periyakulam - 94430 12363 AT KERALA : Palakkad - 98475 33715 • Trivandram / Kollam- 94465 66107 AT ANDHRAPRADESH : Vizag - 92471 50830 • Kakinada - 98667 32638 HYDERABAD : Moosapet - 93473 83557 • Jubliee Hills 9246616690 AT ANDAMAN : 94342 66065

E-mail:vijnatrajar902@hotmail.com | Web:www.svm.co.in

STUDY CENTRES / FRANCHISEE INVITED

ஆல்ஃபா மைண்ட் பவர்

ஆழ்மனதின் சக்தி!



ALPHA™ MIND POWER

"Unwind Your Mind & Empower Yourself"

மனோ சக்தி நிபுணர் டாக்டர் விஜயலக்ஷ்மிபந்தையன்

அளிக்கும் இந்தியாவின் பழம்பெரும் சித்தர்களின் சக்தியுடன் கூடிய
ஒரு நாள் ஆல்ஃபா தியான பயிற்சி

- மன அழுத்தம் குறைக்க
- பண வரவை அதிகரிக்க
- உறவுகளைச் சீர்படுத்த
- குடும்பத்தில் அன்பு நிலவச் செய்ய
- நோய் தீர்க்க, நிம்மதியாக தூங்க
- பரீட்சையில் அதிக மார்க் வாங்க
- மகிழ்ச்சியுடன், தன்னம்பிக்கையுடன், வெற்றியுடன் வாழ

தபால் மூலம் கற்கலாம்
ஆல்ஃபா மைண்ட் பவர்
ஆடியோ சிடி மற்றும்
பயிற்சி புத்தகம்
ஆங்கிலம் மற்றும்
தமிழில் தபால்
மூலம் பெறலாம்.

ஒரு நாள் பயிற்சி மட்டுமே!

ஆல்ஃபா தியான அனுபவம் இதோ ஒரு கடிதம்

ஜூன் 2008

எனக்கு M.B.A. படிக்க விருப்பம் ஆனால், என் வீட்டில் வசதியில்லாததால் என்னுடைய அப்பா இதற்கு சம்மதிக்கவில்லை. பிறகு ஆல்ஃபா தியானம் செய்தேன். ஒரே வாரத்தில் என்னுடைய அப்பாவுக்கு ஒருவரிடமிருந்து வரவேண்டிய பணம் வந்தது. நான் மேற்படிப்பு படிப்பதற்கு அந்தப் பணம் எனக்கு உதவியது. ஆல்ஃபாவிற்கு நன்றி! குருஜிக்கு நன்றி!

- சுதா, சென்னை

பயிற்சி வகுப்புகள்

சென்னை
மும்பை
டெல்லி
பெங்களூர்
ஹைதராபாத்
கோவா
சண்டிகர்
பாண்டிச்சேரி
கோவை
திருச்சி
மதுரை
திருநெல்வேலி
சேலம்
கொச்சின்
வைசாக்
ஆகிய
ஊர்களிலும்
நடத்தப்
படுகின்றன.

ஆர்.எஸ்.ஆர்.பிளாசா, 3வது தளம், 50, 51 ஆற்காடு ரோடு,
சாலிகிராமம், சென்னை - 600 093. இந்தியா
ஃபோன் :+91- 44 - 2376 0007, 2376 6555
மொபைல் : 98414 02000, 98412 72146
e-mail : amp@alphamindpower.net www.alphamindpower.net

அடுத்துவரும் பயிற்சி வகுப்பு

சென்னை : 1.6.08 & 29.6.08
பெங்களூர் : 22.6.08 சண்டிகர் : 13.7.08

ஏழ்மைமிக்க இஸ்லாமிய குடும்பத்தில் பிறந்த மும்தாஜ் தமது ஒன்பதாவது வயதில், 1942-ஆம் ஆண்டு வெளிவந்த ''பஸந்த்'' என்ற இந்தித் திரைப்படத்தில், குழந்தை நட்சத்திரமாக அறிமுகமானார். முதல் படமே பெரும் வெற்றி! இவரது அழகாலும், நடிப்புத் திறமையாலும் கவரப்பட்ட அக்கால பிரபல நடிகை தேவிகா ராணி, இவரது பெயரை 'மதுபாலா' என்று மாற்றியமைத்தார்.



அழகுக்கு

1947-ல் வெளிவந்த 'நீல் கமல்' என்ற இந்தித் திரைப்படத்தில் நடிகர் ராஜ்கபூருடன் ஜோடி சேர்ந்து, வெற்றிகரமாக தமது திரைப்படக் கதாநாயகி பயணத்தைத் தொடங்கினார் மதுபாலா.

விரைவில் தம்முடைய அழகிய புன்னகையாலும், வசீகரத் தோற்றத்தாலும் இந்திய திரைப்பட ரசிகர்களின் மனத்தில், நீங்கா இடம்பிடித்து நீந்தத் தொடங்கினார். இதனாலேயே ரசிகர்கள், மதுபாலாவை ''இந்தியத் திரைப்படங்களின் காதல் தேவதை'' என்றே வர்ணித்தனர்.

மதுபாலா தம்முடைய பதினேழாம் வயதைக் கடந்தபோது, அவருக்கு உடல் நலக் குறைவு ஏற்பட்டது. பிறவியிலேயே அவருடைய இருதயத்தில் ஒரு துளை இருப்பது கண்டறியப் பட்டது. படப்பிடிப்புத் தளங்களிலேயே ரத்த வாந்தி எடுத்தார். இது வெளியில் யாருக்கும் தெரியாதவாறு ரகசியமாக, அவரது குடும்பத்தாரால் வைக்கப்பட்டிருந்தது.

இந்திய ரசிகர்களை மட்டுமல்லாது, அமெரிக்க திரைப்பட ரசிகர்களையும் கவர்ந்ததால், நடிகை மதுபாலாவுக்கு, பிரபல அமெரிக்க திரைப்பட அமைப்பான ஹாலிவுட்டிலிருந்தும் நடிப்பதற்கு அழைப்பு வந்தது.

நடிகை மதுபாலாவின் தந்தை, ஹாலிவுட் திரைப்படங்களில் நடிக்க அனுமதி மறுத்ததால், மதுபாலாவின் 'ஹாலிவுட்' திரைப்பட வாழ்க்கை தொடங்காமலேயே முடிவுக்கு வந்தது.

நடிகர் திலீப்குமாருடன் 'ஜ்வர்பட்டா' திரைப்படத்தில் நடித்ததன் மூலம், அவரது நட்பு மதுபாலாவுக்குக் கிடைத்தது. பின்னர் இருவரும் 1951 முதல் 1957-ஆம் ஆண்டு வரை காதலித்து வந்தனர். ஆனால் இவர்களின் காதலுக்கு மதுபாலாவின் தந்தை பலத்த எதிர்ப்பு தெரிவிக்கவே நடிகை மதுபாலா தம்மு

டன் ''சால்டி கா நாம் காடி'' திரைப் படத்தில் கதாநாயகனாக நடித்த கிஷோர் குமாரை 1960-ல் மணந்தார்.

அதே காலகட்டங்களில் நடிகர் அசோக்குமாருடன் 'ஹௌரா பிரிட்ஜ்' என்ற திரைப்படத்திலும், நடிகர் தேவ் ஆனந்த்வுடன் 'காலாபாணி' திரைப்படத் தின் மூலமாகவும், நடிப்பில் தமது வெவ் வேறுவிதமான பரிமாணங்களை வெளிப் படுத்தி, புகழின் உச்சியை அடைந்தார்.

1955-ஆம் ஆண்டு இயக்குனர் குருதத் இயக்கத்தில் இவர் நடித்து வெளிவந்த நகைச்சுவைத் திரைப்படம் (Mr. and Mrs. 55) இவரிடம், இயற்கையாக அமைந்த நகைச்சுவை உணர்வை ரசிகர்கட்கு உணரச் செய்தது.

இயக்குனர் கே. ஆசிப் இயக்கிய 'முகல்-இ-அசாம்' திரைப்படம் கிட்டத் தட்ட எட்டு ஆண்டுகள் எடுக்கப்பட்டது. நடிகை மதுபாலா 'அனார்கலி'யாக நடித்த இப் படம், வசூலில் சாதனை படைத்தது.

போன் றோருடன் 70க்கும் மேற்பட்ட திரைப் படங்களில் நடித்து, ''இந்திய கறுப்பு - வெள்ளை திரைப் படங்களின் ராணி'' என்ற பட்டத்துடன் ரசிகர்களின் பேராதரவுடன் வலம்வந்தவருக்கு திடீ ரென்று உடல்நலம் மிகவும் பாதிக்கப் பட்டது. சிகிச்சை மேற்கொள்ள லண் டன் சென்றார். ஆனால், நோய் முற்றி விட்டதால் பலனின்றித் திரும்பினார்.

எட்டும் தூரத்தில் எமன் தம்மிடம் வந்து விட்டதை அறிந்த நடிகை மது பாலா, அதனைப் பற்றிக் கவலைகொள் ளாமல், மீண்டும் 1966ஆம் ஆண்டு நடிகர் ராஜ்கபூருடன் நடிக்க முற்பட்டபோது, இந்தித் திரை உலகம், இவரை வர வேற்று வாய்ப்பளித்தது. ஆனால், மது பாலாவின் மனம் ஆசைப்பட்டாலும், உடல்நிலை ஒத்துழைக்காததால், இப் படம் முதல் நாள் படப்பிடிப்புடன் நின்று போனது.

எல்லோரையும் ஈர்த்த இந்த நடிகை யின் அழகு, எமனுக்கும் மிகவும் பிடித்து விட்டது போலும்! அதனால்தான்

அஞ்சல் தலை!

முன்னணி கதாநாயகர்களான ராஜ் கபூர், அசோக்குமார், ரஹ்மான், பிரதீப்குமார், திலீப்குமார், சுனில்தத், தேவ்ஆனந்த்

இவரை (36 வயதிலேயே) தன்னிடம் அழைத்துக் கொண்டான்

- ச. விஜய்குமார்,
லால்குடி.

இந்த அழகிய புன்னகைப் பூவை, கௌரவிக்கும் விதமாக, நமது இந்தியத் தபால்



துறை மார்ச் 18, 2008 அன்று ஒரு 'நினைவு' அஞ்சல் தலையை வெளியிட்டுள்ளது!



வீண் விரயத்தைத் தவிர்க்கலாமே!



பல நாட்கள் வளர்த்த பெண்ணை, கன்னிகாதானம் செய்து கொடுத்து அவளுடைய வருங்காலத்தையே, மாப்பிள்ளையிடம், அவர் வீட்டாரிடம் ஒப்படைக்கிறோம். மங்களகரமான கல்யாணச் சம்பந்தத்தினால் இரு குடும்பங்கள் பந்தப்படுகின்றன. இந்தச் சொந்தம் மேன்மையும் பவித்திரமும் ஆனது. விருந்தோம்பலின் உயர்ந்த பண்பு யாவரும் அறிந்ததே. சம்பந்தி மனுஷாளை மரியாதை செய்து உபசரிப்பதும், நமது அழைப்பின் பேரில் வரும் உற்றார் உறவினரைச் சிரத்தையுடன் கவனிப்பதும் முக்கியமானது. இது பொதுவான அபிப்பிராயமாகத்தான் இருக்கும். அதனால், பலர் சேரும் திருமண வைபவத்தில் ஒரு குறையும் இல்லாமல் யாவரும் ஒருங்கிணைந்து மகிழ்ச்சியுடன் செயல்பட வேண்டும்.

அழைப்பிதழிலிருந்து மற்ற எல்லா விஷயங்களிலும் வீண் ஆடம்பரம் இல்லாமல் செலவு செய்யுங்கள். இதனால் கல்யாண பட்ஜெட்டிலுள்ள மற்ற முக்கிய விஷயங்களை சௌகரியமாக கவனிக்க முடியும்.

4 நாட்கள் கல்யாணம் ஒருநாள் ஆனது போல, 4 வேளைகள் பந்தி பந்தியாக உணவு போடும் வழக்கத்தை ஒரே வேளையாக மாற்றுங்கள். முதல் நாள் நிச்சயதார்த்தம் மிக நெருங்கிய உறவினர் சில பேர் மட்டும் இருந்து நடத்துவதுதான். கல்யாண தினத்தன்று முகூர்த்தம் கூடவே ரிஸப்ஷன் என்றாகி விட்டதால், அதற்கு வருகை தருபவர்கள் எண்ணிக்கைகூட சுமாராகக் கணிக்கலாம். இந்த ஏற்பாட்டால் பணவிரயம், கால விரயம், உடல் உபாதை குறையும்.

எல்லா சமுதாயத்தவரும் ஆடம்பரத்தைக் குறைத்து, இங்கு குறிப்பிட்டுள்ள நல்ல விஷயங்களை அவரவர்கட்கு ஏற்றபடி நடைமுறையில் கொண்டு வரணும்.

– ரங்கமணி கிருஷ்ணஸ்வாமி,
சென்னை - 90.



கடை வாசல் ஒன்றில் பார்த்து ரசித்தவர் : லக்ஷ்மி கணபதி, கோவை.



ஸ்ரீ சாரதா சக்தி பீடம்



72, காமராஜ் சாலை, பழைய பெருங்களத்தூர்.
(வழி) தாம்பரம், சென்னை - 63. போன் : 22760612, 22762299
City Office No.7, முதல் மாடி, வேலு தெரு, மேற்கு மாம்பலம்.
(அயோத்யா மண்டபம் அருகில்) சென்னை - 600 033. போன் : 23714942

ஏழை மாணவர்களுக்கு உதவுங்கள்

பேரன்புடையீர், வணக்கம்!

நம் சக்தி பீடத்தின் சார்பில் கடந்த 19 ஆண்டுகளாக நடைபெற்று வரும் "ஸ்ரீ ராமகிருஷ்ண சேவா குருகுலத்தில்" தாய் தந்தையற்ற திக்கற்ற, மற்றும் வறுமை கோட்டின் கீழ் வாழும் 200 மாணவ மாணவிகளும் தங்கி படித்து வருகின்றனர்.

நாள்தோறும் இறைவழிபாடு, கூட்டு பிரார்த்தனை, பகவத்கீதை பாராயணம் ஆகியவைகளுடன் நல்ல கல்வி, காலை மாலை உடற்பயிற்சி ஆகியவைகள் அளிப்பதுடன், உணவு, உடை, தங்குமிடம் ஆகியவைகளும் இலவசமாக வழங்கப்பட்டு, நல்ல முறையில் வளர்ந்து வருகிறார்கள்.

மேலும் பகவான் ஸ்ரீ ராமகிருஷ்ணர், சுவாமி விவேகானந்தர், ஆகியோர்களின் உயர்ந்த லட்சியங்கள் போதிக்கப்படுவதுடன், சமுதாய சேவை பயிற்சியும் அளிக்கப்படுகிறது.

இக்குருகுலத்தின் பராமரிப்பு செலவு முழுவதும் நன்கொடையாளர்கள் அளிக்கும் உதவிகள் மூலம் மட்டுமே நடைபெற்று வருகிறது. ஆகவே தாங்கள் இப்புனிதப் பணிக்கு தங்களால் இயன்ற உதவியைச் செய்யும்படி பணிவன்புடன் கேட்டுக் கொள்கிறோம்.

• காலை சிற்றுண்டி (200 பேருக்கு)	ரூ.	1,000/-
• மதிய உணவு	ரூ.	2,000/-
• இரவு சிற்றுண்டி	ரூ.	1,000/-
• இனிப்பு மற்றும் பால் வழங்குதல்	ரூ.	1,000/-
• ஒரு மாணவனுக்கு ஓராண்டிற்கு கல்வி உதவித்தொகை	ரூ.	1,000/-
• ஒரு மாணவனுக்கு பராமரிப்பு செலவு ஓராண்டிற்கு (உணவு, உடை, கல்வி)	ரூ.	12,000/-
• குருகுலத்தின் ஒரு மாதத்திற்கான பராமரிப்பு செலவு	ரூ.	2,00,000/-

நன்கொடைகளுக்கு 80G பிரிவின்படி வருமானவரி விலக்கு உண்டு

மேலும் தங்களின் பிறந்த நாள், திருமண நாள், குழந்தைகளின் பிறந்த நாள், தொழில் /வியாபாரம் தொடங்கிய நாள், மற்றும் இதர பண்டிகை நாட்களான தீபாவளி, பொங்கல், கிறிஸ்துமஸ், ரம்ஜான் போன்றவைகளில் மாணவர்களுக்கு சிறப்பு விருந்து ஒன்றை அளித்து அவர்களுடன் மகிழ்ச்சியைப் பகிர்ந்து கொள்ளலாம்.

தாங்கள் அளிக்கும் தொகை எவ்வளவு சிறியதாக இருந்தாலும் அன்புடன் ஏற்றுக்கொள்கிறோம். தங்கள் நன்கொடைகளை ஸ்ரீ சாரதா சக்தி பீடம் என்ற பெயருக்கு Cheque / DD / MO மூலம் அனுப்பி வைக்கும்படி பணிவன்புடன் கேட்டுக் கொள்கிறோம். மேலும் எங்களிடமிருந்து ரசீதைப் பெற்றுக் கொள்வது அவசியம்.

இறைவன் தொண்டில்
சுவாமி ஸ்ரீ ஸர்வாத்மானந்தர் நல்லாசியுடன்
நிர்வாகம்.

செய்முறை



முதலில் நீங்க வரைய விரும்பும் டிஸைன் எடுத்து (இங்கு மயில்) அதன் மீது ப்ளெயின் க்ளாஸ் வைத்து செல்லோ டேப்பினால் 4 பக்கமும் ஒட்டவும். இது படம் நகராமல் இருக்க உதவும். இப்பொழுது டிஸைன் க்ளாஸில் தெரியும்.

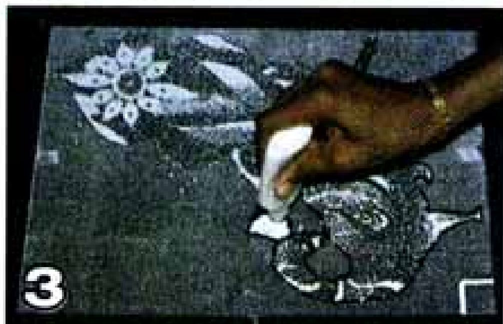
படம் : 1 மற்றும் 2

அந்த டிஸைனை அப்படியே க்ளாஸ் அவுட்லைனர் - பிளாக் (இது க்ளாஸ் கலர்ஸ் பேக்கிலேயே இருக்கும், தனியாக வாங்கினால் விலை சற்று கூடும்) மூலம் மெஹந்தி போடுவது போல் டிஸைன் முழுவதும் வரையவும்.

படம் 3 மற்றும் 4









க்ரிஸ்டல்

இது காய ஒருநாளாகும். காய்ந்ததும் அவுட் லைனுக்குள் ஃபேப்ரிக் மூலம் ப்ரோக்கன் க்ளாஸ் க்ரிஸ்டல்லை இடைவெளி இல்லாமல் ஒட்டவும். (வரிசையாகவோ குறுக்கு நெடுக்காகவோ





தேவையான பொருட்கள்:



- ப்ளெயின் க்ளாஸ் (16"X12")
- ஃபெவிக்ரில் க்ளாஸ் கலர்ஸ் - ஸால்வென்ட் பேஸ்ட்
- ஃபெவிக்ரில் ஃபேப்ரிக் பெயின்ட் - மெட்டாலிக் கோல்ட் கலர்
- ப்ரோக்கன் க்ளாஸ் க்ரிஸ்டல் - ஒயிட் (கலரிலும் கிடைக்கிறது) - 500 கிராம்
- ஃபெவிக்ரில் ஃபேப்ரிக் க்ளூ
- ப்ளக்கர்
- பிரஷ் நம்பர் 3 மற்றும் ஃப்ளாட் பிரஷ் நம்பர் 4

க்ளாஸ் பெயின்டிங்!

ஒட்டக் கூடாது). ஒரு க்ரிஸ்டலின் ஷேப்புக்குத் தகுந்தாற் போல் க்ரிஸ்டலை தேர்வு செய்து ஒட்டவும். (உடைந்த துண்டங்களைச் சேர்ப்பது போல)

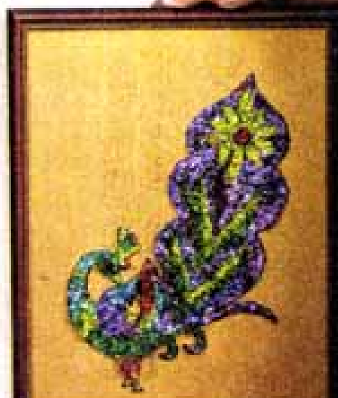
படம் : 5

இது காய ஒருநாளாகும். காய்ந்ததும் நீங்கள் விரும்பிய நிறங்களில் க்ளாஸ் கலர்ஸை பிரஷ் மூலம் டிஸைன் முழுவதும் நிரப்பி காயவிடவும். (காய அரை நாள் போதும்)

படம் 6 :

நன்கு காய்ந்ததும் க்ளாஸைப் பின்புறம் திருப்பி விரும்பிய வண்ண ஃபேப்ரிக் பெயின்ட், கான்ட்ராஸ்ட் கலர் தேர்வு செய்து, (இங்கு மெட்டாலிக் கோல்டு கலர்) அதை ஃபிளாட் பிரஷ்ஷினால் ஹரிஸான்டலாகவும் வெர்டிகலாகவும் ஒவ் வொரு கோட் வீதம் இரண்டு முறை தீட்டவும்.

இது நன்கு காய்ந்ததும், ஃபிரேம் கடையில் கொடுத்து பின் பக்கம் அலுமினியம் ஃபாயில் ஷீட் வைத்து ஃபிரேம் செய்யவும்.







எள்ளுப் பாட்டி - மீனாக்ஷி, கொள்ளுப் பாட்டி - ராஜம், பாட்டி - ஜெயம், அம்மா - ஸ்ரீவித்யா, குழந்தை - ஸ்ரீநிதி

இதை டபுள் ஃபிரேம் செய்தால் ரொம்ப அழகாக இருக்கும்.

குறிப்பு :

★ ஸ்டெயின் க்ளாஸ் கலர் காயும் முன் அதில் கை வைக்கக் கூடாது. வைத்தால் கைரேகை அதில் பதிந்து விடும்.

★ க்ரிஸ்டல் ஒட்டும்போது அவுட் லைனுக்கு வெளியில் வராதபடி பார்த்துக் கொள்ளவும்.

★ பேக்-க்ரவுண்ட் கலர் தீட்டும்போது டிஸைன் தவிர மற்ற இடங்களில் மட்டும் தீட்டவும். மீறித் தீட்டி னால் பேக்-க்ரவுண்ட் கலர் க்ரிஸ்டலின் கலர் மற்றும் ஷைனிங்கை டல்லாக்கிவிடும்.

★ ஃபாயில் ஷீட் வைத்து ஃபிரேம் செய்வதால் கூடுதல் ஷைனிங் கிடைக்கும்.

★ ஒவ்வொரு முறை வேறு கலர் எடுக்கும்போதும் ஷீன்லாக் வுட் தின்னரில் கழுவி நன்கு துடைத்துவிட்டு, அடுத்த கலர் எடுக்கவும்.

★ க்ரிஸ்டல் என்றால் எல்லோரும் பீட்ஸ் க்ரிஸ்டல் என்றுதான் நினைப்பார்கள். ஆனால் இது வேறு வகை. மற்றும் இதன் விலையும் சற்று அதிகம். இந்த க்ரிஸ்டல் பல வண்ணங்களிலும் கிடைக்கிறது. ஆனால் அதைவிட ஒயிட் க்ரிஸ்டலில் செய்வதுதான் மிகவும் நன்றாக இருக்கிறது. ப்ரோக்கன் க்ளாஸ் க்ரிஸ்டல் 1 கிலோவில் இந்த மாதிரி படம் 4 செய்யலாம். இந்த மயில் படத்துக்கு 250 கிராம் தேவைப்படும். மயில் மட்டுமின்றி லேடி ஃபிகர்ஸ், பட்டர்ஃபிளை, பெரிய ஃபிளவர்ஸ் போன்ற எது வேண்டுமானாலும் செய்யலாம்.

- பத்மாவதி, கரூர்.

SRI

S.S.M. RESIDENCY

A Township with calm and serene Atmosphere

For Senior Citizens and Sickly Disabled



- For the Elite with clean habits
- To enjoy Twilight of life with peace, honour, dignity and security
- Luxurious living with pure vegetarian balanced diet
- Medical block exclusively for sickly / disabled - all age Groups
- Round the clock Medical Care and Nursing
- Care unto the last with love and affection

SRIMATHI SUNDARAVALLI MEMORIAL RESIDENCY

(Managed by SSME Trust, Chennai - 600 044)

Moppedu Road, Alapakkam, New Perungalathur, Chennai - 600 063.

Phone : 044 - 22792003, 22792141

E-mail : ssmeto@dataone.in   Website : www.ssmhome.org



சுப யாத்ரா

எண்.43, தெற்கு மாட வீதி,

(சித்ரகுளம் எதிரில்) மயிலாப்பூர், சென்னை-4

Ph : 2495 0218, 24952319



ஷிரிடி பாபா தரிசனம் பிரதி வாரம் வியாழக்கிழமை

4 நாட்கள் — ரயில், பஸ் மற்றும் தங்கும் வசதி

மந்திராலயம், நவபிருந்தாவனம்

03.07.2008 07.08.2008

3 நாட்கள் ரூ.2000/-

பண்டரிபுரம், துல்ஜாபூர், சோலாபூர்

26.06.2008 31.07.2008

3 நாட்கள் ரூ.2000/-

காசியாத்திரை 8 நாட்கள் ரூ.6000/- 09.06.2008

சாய்சரண்

முதியோர் இல்லம்

Ph : 2495 0218, 24952319

தங்கள் வாழ்க்கையில் முதுமை கட்டத்தில் உள்ள தூய்மை உள்ளங்களுக்கென்று பிரத்யோகமாக ரம்யமான சூழலில் ஆறுதல் சேவை அளிக்கும் இல்லம். அத்தகைய பெரியோர்கள் மற்றும் நன்கொடை அளிப்பவர்கள் அணுகவும்



லைஃப் டுடே!

அதிகாலை
அவசரக் கிளம்பலில்
கவனித்தேன் - அடுத்த
ப்ளாக்
அபார்ட்மெண்ட்டில்
ஓர் அமங்களத்தை..

யாரோ
இறந்துள்ளார்...
இறந்தவர் - யாரவர்
விவரமேதும்
அறிந்திலேன்

காலை பரபரப்பில்
விசாரித்திட
நேரமில்லை -
என்றாலும்
மனத்தினுள்
இனம்புரியா
கலக்கம்...

ஐயோ பாவம்...
வயதானவரோ
இளையவரோ
ஆணோ - இல்லை
பெண்ணோ...

ம்...
யாராயிருந்தா -
என்ன..
வாரம் ஒன்று
போனால்
தெரிந்து விடும்...

ஏதேனும்
'லோக்கல் டைம்ஸ்'
ஒன்று
புகைப்படத்துடன்
விவரித்துவிடும்.

அதுவரை
வீண் உளைச்சல்
எதற்கு?
நேரமாச்சு
ஆபீஸுக்கு எனக்கு!

- லட்சுமி ரகுகுமார்,
சென்னை - 17

சம்பாவில் புதிய வரவு

கோடை காலத்திற்கு ஏற்ற பிரிண்டட் புடவைகளும், சல்வார் ரககங்களும் சம்பா அறிமுகப்படுத்துகிறது. மற்றும் கஞ்சி தேவையில்லாத கிராண்ட் காட்டன் புடவைகளும் உள்ளன.

20% தள்ளுபடி

குறிப்பிட்ட ரகங்களுக்கு



Champa

No.5, 3rd Street, Abirampuram, Chennai - 600 018. Tel : 24996907

Timings: 11 am - 1pm and 3pm - 8 pm. Sunday Holiday

VISA, MASTER & BOBCARDS ACCEPTED

பொட்டில் அடித்தாற் போல்...

இனி உங்களைப் பற்றியும் உங்கள் பிரச்னைகளுக்கு சரியான தீர்வையும் துல்லியமாக அறிந்து கொள்ள இதோ ஓர் உலகத்தரம் வாய்ந்த எளிய வழி...

நமது சரியான **பிறந்த தேதி** மற்றும் **பெயரை** மட்டும் கொடுத்தால் போதும், மிகத் துல்லியமாக **நாம் ஏதும் கூறாமலேயே பொட்டில் அடித்தாற் போல்** நம்மைப் பற்றியும் நாம் சந்தித்து வரும் பிரச்சனைகள் பற்றியும் AAN* விஞ்ஞான முறைப்படி நேரில் பார்த்தது போல் கூறி, நிரந்தரத் தீர்வு காண எளிய மற்றும் சிறந்த பரிகார முறைகளைப் பற்றியும், ஆலோசனை வழங்கி வருகிறார் மாமேதை Master of AAN* திரு. **'பக்ஷி' தி. வேணுகோபாலன்** அவர்கள். இவர் இந்தியாவிலேயே முதலாவதாக AAN* முறைப்படி பரிந்துரைக்கப்பட்ட நபர்களுக்கு மட்டுமே சக்திபெற்ற, செறிவூட்டப்பட்ட (Energised & Enriched) உயர்தர (imported) இரத்தினக் கற்களை வழங்கி அவர்களது வாழ்வில் அதிசயிக்கத்தக்க நிகழ்வுகளை நிகழ்த்தியும் வருகிறார். 15 வருடங்களுக்கும் மேலாக அனுபவம் மிக்க இவர் புதுதில்லியில் உள்ள Institute of Numerology (R&D)யில் சீனியர் மெம்பராகவும் உள்ளார்.

இந்த அற்புதமான கலையைப் பரிசோதிக்க விரும்பும் ஜோதிடர்கள் மற்றும் எண் கணித நிபுணர்கள் மறைமுகமாக அல்லாமல் நேரிடையாகவே முன்பதிவு செய்து வரலாம் என்று சவால் விடுகிறார் திரு. **'பக்ஷி' தி. வேணுகோபாலன்.** மேலும் உங்களுக்கு அதிர்ஷ்டத்தையும் அமைப்பையும் உருவாக்கி எந்தத் தொழில், என்ன வியாபாரம் செய்தால், குறுகிய காலத்தில் பெரு வெற்றி பெறலாம் என்பதையும், அரசியலில் வெற்றி, **இராகு - கேது தோஷங்களால் ஏற்படும் திருமணத் தடைகளை ஏற்ற பரிகாரங்கள் மூலம் துரித நிவர்த்தி செய்வது,** குழந்தை பிறப்பு, வெளிநாட்டில் வேலை வாய்ப்பு, உங்களைச் சார்ந்த ஆண் - பெண்ணின் ஒழுக்கம் போன்ற பல்வேறு சந்தேகங்களுக்கும், அத்துடன் ஒவ்வொரு இரத்தின மணியும் எவ்விதமான Energies (either Projective + or Receptive - Measured in Electron Volts- 'eV') வெளியிடுகிறது (அ) உள்ளிழுக்கிறது என்பதையும், மேலும் இவற்றை நாம் எப்படி ஒருங்கிணைத்துப் பயன்படுத்த வேண்டும் என்பதையும் (in order to regain the equilibrium position in our body Electro - Magnetic field - AURA) இவரது AAN* முறையில் மட்டுமே மிகத் தெளிவாக அறிய முடிகிறது.

(எ-க) ஒரு செறிவூட்டப்பட்ட சுத்தமான வைரம் 5.5 'eV' Projective Wave Energy வெளியிடுகிறது.

Courtesy: Gemmological Association of Great Britain.

இவரது தொடர்பு முகவரி:(பாண்டிச்சேரி) **'AAN* - ADVANCED AURIC NUMEROLOGY'**

'பக்ஷி' தி. வேணுகோபாலன் Master of AAN* & Aura Viewer

(Senior Member, Institute of Numerology (R&D) Nangal Raya, New Delhi - 110 004)

ஆலோசனைக்காக : 6. 'பக்ஷி பவனம்' வ.உ.சி வீதி, காமராஜ் நகர், (வேல். சொக்கநாதன் திருமண மண்டபம் மற்றும் மதர் தெரஸா பள்ளி அருகில்) பாண்டிச்சேரி- 605 011. Phone: 0413 - 2211667 Cell: 94425 - 66227, 98423 - 66855

Consulting Hours : 9.00 a.m to 1.00 p.m & 3.00 p.m. to 8.00 p.m

Do you know what is NAME?

N = Natal's
A = Abstract
M= Maintained by
E = Eternal



கறுப்புத் தவலை!

ஒரு காலத்தில் 'பளபள' என்றிருந்த தாமிரத் தவலைதான் நூற்று ஐம்பது வருட கடின உழைப்பில் பப்படமாய்த் தேய்ந்து விட்டிருந்தது.

விறகடுப்பில் ஏற்றி ஏற்றி வெந்நீர் காய வைத்த கைங்கர்யத்தில் தடிமனாகப் புகை படிந்து கறுப்புத் தவலையாகப் பெயர் மாற்றம் பெற்று விட்டது.

என் எண்பது வயது மாமியாருக்கு அதன் மீது அசைக்க முடியாத பலத்த பாசப்பிணைப்பு. அவருடைய மாமியார், (தொண்ணூறு வயது வாழ்ந்தவர்) பிறந்த வீட்டு சீதனமாகக் கொண்டு வந்த தவலையாம் அது! அதில் வெந்நீர் போட்டுக் குளித்தவர்கள் தீர்க்காயுசாக இருந்ததால் அதற்கு 'ஆகி வந்த தவலை' என்ற இன்னொரு செல்லப் பெயரும் உண்டு. கெய்சர் யுகத்தில் வெந்நீர் தவலைக்கு ஏது உபயோகம்? இடத்தை அடைத்துக் கொண்டு பரணில் உட்கார்ந்திருக்கும் தவலையைக் கடையில் போடலாம் என்றாலும் என் மாமியார் ஒப்புக் கொள்ளவே மாட்டார். ''அதுபாட்டுக்கு தேமேன்னு அட்டத்தில் உட்கார்ந்திருக்கு. உங்களைச் சாப்பாடா கேட்கிறது?'' என்று வாயடைப்பார்.

இந்தத் தவலையை வைக்க இடம் சரியாக இல்லாததாலேயே பல நல்ல வீடுகளைத் தவிர்த்து இந்த அரதப் பழைய வீட்டிலேயே கால் செஞ்சுரி போட்டு விட்டோம். இதை நன்றாய்த் தெரிந்து கொண்ட என் வீட்டுச் சொந்தக்காரரும் ஒரு சின்ன ரிப்பேர் கூட செய்து தராமல் வருஷா வருஷம் வாடகையை மட்டும் கூட்டிக் கொண்டு வருகிறார்.

இந்த நிலையில்தான் எங்களுக்குச் சொந்த வீடு யோகம் அடித்தது. வீட்டு லோன் போட்டு கவர்ன்மெண்ட் கட்டித் தரும் ஃபிளாட்களில் குலுக்கல் முறையில் முதல் மாதமே எங்களுக்கு வீடு கிடைத்தது. வாடகை கொடுத்து வீட்டுச் சொந்தக்காரரின் ஏச்சுப் பேச்சுகளுக்கு பல்லிளித்து

அலுத்துப் போன எனக்குப் பெரிய நிம்மதி.

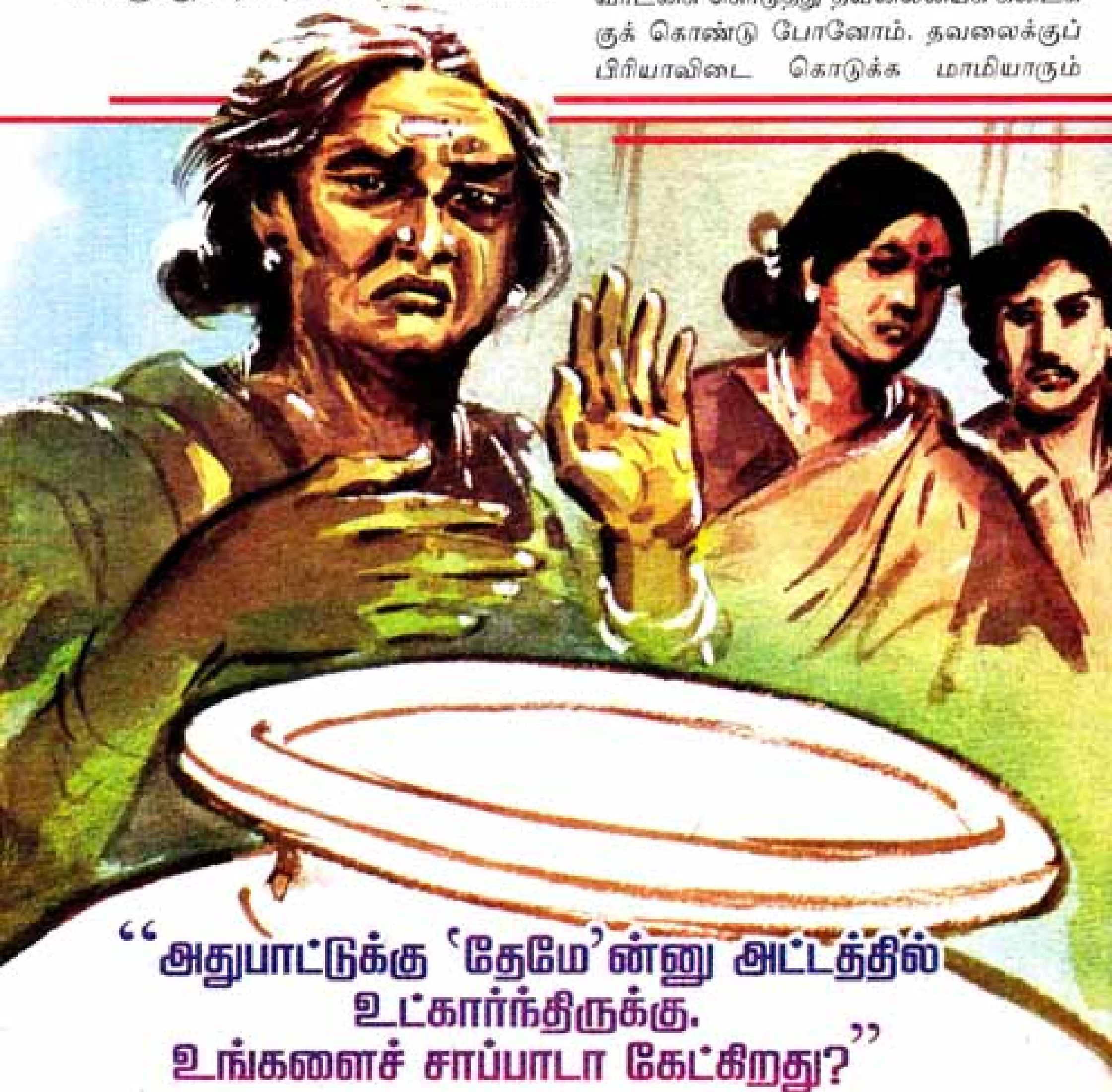
"ஏன் பத்மா, சொந்த வீட்டில் நம் வெந்நீர்த் தவலை வைக்க வசதியிருக்கா?" என்று என் மாமியார் பிரம்மாஸ்திரத்தைத் தொடுத்தவுடனே எல்லோருக்கும் சந்தோஷம் புஸ்வாணமாய்க் காணாமல் போனது.

இத்தனை வருடங்களுக்குப் பிறகு தன் பிள்ளைக்கு சொந்த வீடு யோகம் வந்ததில் அவருக்கும் மகிழ்ச்சிதான். ஆனால் பத்துக்கு எட்டடி அறைகளில் கறுப்புத் தவலையை நுழைக்கக் கூட முடியாது என்பது எங்களுக்குத் தெரியும். அதை மாமியாரிடம் சொல்லி எப்படி கன்வின்ஸ் பண்ணுவது என்று ஆலோசனைக் கூட்டம் நடத்தி நாட்கள் கடந்தது தான் மிச்சம்.

"போனால் போகிறது. அம்மாவின் காலத்திற்குப் பிறகு சொந்த வீடு பற்றி யோசிக்கலாம்" என்று என்னவர் முடிவெடுத்தபோது, மாமியார் "வலிய வந்த சீதேவியை யாராவது உதறித் தள்ளுவார்களா? கறுப்பு தவலையைக் கடையில் போட்டு விடலாம்" என்றார். ஆச்சர்யத்தில் மலைத்துப் போனேன். என் கணவருக்கோ ஒரே அதிர்ச்சி.

தள்ளுவண்டிக்கு ஐம்பது ரூபாய் வாடகை கொடுத்து தவலையைக் கடைக்குக் கொண்டு போனோம். தவலைக்குப் பிரியாவிடை கொடுக்க மாமியாரும்

பத்மா



"அதுபாட்டுக்கு 'தேமே'ன்னு அட்டத்தில் உட்கார்ந்திருக்கு. உங்களைச் சாப்பாடா கேட்கிறது?"

வந்தார். கடைக்காரன் இரண்டு அங்குல கனத்திற்குப் படிந்திருக்கும் கரியை சுரண்டி எடுத்த பிறகுதான் எடை போட முடியும் என்று செதுக்கு உளியுடன் தயாரானான். ''அப்புறம் என்னடாப்பா செய்வே?'' என்று ஈனஸ்வரத்தில் கேட்டு முடிக்கும் முன்பே, ''அடித்து நொறுக்கி எடை தூக்குவோம்'' என்றான்.

''அடித்து நொறுக்கும்படி அது என்ன பாவம் பண்ணினது? இந்தக் கொலை காரன்கிட்ட தவலையைப் போட வேண் டாம். தவலையை எடுத்துக் கொண்டு வீட்டுக்குப் போகலாம்'' என்று என் மாமி யார் தீர்மானமாக, மறுபடியும் ஐம்பது ரூபாய் வாடகை கொடுத்து வீட்டுக்கு எடுத்து வந்தோம். நாட்கள் நகர்ந்தன.

குலுக்கலில் வந்த வீட்டிற்கு முதல் லோன் கட்ட இரண்டே நாட்கள் இருந்த நிலையில் ஒரு நாளிதழில் வந்த விளம் பரம் எங்கள் கண்களில் பட்டது. நூறு வருடங்களுக்கு மேலான ஆன்டிக் சாமான்



உடற்பயிற்சி செய்தவுடன் வேர்க்கும். உடனே பசி என்று சாப்பிடுவது, ஃபேன் போட்டுக் கொண்டு தூங்குவது கூடாது. உடல் மேலும் பெருத்து விட வாய்ப்பு உண்டு.

- வி.பி. தேவி, பெங்களூர்

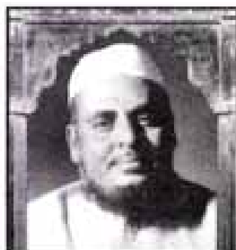
கள் எதுவானாலும் விலைக்கு வாங்கிக் கொள்வதாக தொடர்பு எண்ணும் கொடுக் கப்பட்டிருந்தது. மாமியாரிடம் விஷயத் தைச் சொன்னதும், ''பழைய சாமான்களின் அருமை தெரிந்தவர்கள்; பத்திரமாய்த்தான் பார்த்துக் கொள்வார்கள். உடனே வரச் சொல்லு'' என்றார்.

மறுநாளே விளம்பரம் கொடுத்தவர் பார்க்க வந்து விட்டார். மாமியாரிடம் பேசி, கறுப்புத் தவலையின் ஜாதகத்தை குறித்துக் கொண்டார். கூட வந்தவர் அப்படியும் இப்படியுமாகத் திருப்பி மெல்லிய மரச் சுத்தியால் தட்டிப் பார்த்து முகம், உடை யெல்லாம் கரியாக்கிக் கொண்டார். கடையி யில் விளம்பரம் கொடுத்தவர் மாமியாரின் கைகளைப் பிடித்துக்கொண்டு, ''பெரி யம்மா, உங்க தவலைதான் இப்போது என் னிடம் இருக்கும் ஆண்டிக் சாமான்களில் வயதானதாக இருக்கும். இதற்கு ஆயிரம் ரூபாய் தரத் தயாராய் இருக்கிறேன். இதற் கும் மேல் நீங்கள் பேரம் பேசினால் அதற்கும் தயார்'' என்றார்.

மாமியார், ''இதோ பாருப்பா, தலை முறை தலைமுறையாய் மங்கள காரியத் துக்கு மட்டும் பயன்பட்டு வந்த இதை அடித்து நொறுக்க என் உயிர் உள்ளவரை சம்மதிக்க மாட்டேன். முழுசா எடுத் துக்கோ. எப்போது எனக்கு முடிகிறதோ அப்ப வந்து தவலையைப் பார்க்க அனுமதி கொடுத்தால் போதும்'' என்றபோது நாங் கள் மட்டுமில்லை. வந்தவரும் நெகிழ்ந் தார். ''உங்கள் மகன் ஃபோன் செய்யட்டும். நானே வந்து அழைத்துக் கொண்டு போகி றேன்'' என்றார்.

கரியெல்லாம் உதிர்ந்து ஆங்காங்கு நசுங்கல்கள் இருந்தாலும் காலைச் சூரிய னாகத் தகதகக்கும் கறுப்புத் தவலை சே தப்பு.. சிவப்புத் தவலை, தன் வயது பற் றிய அட்டை கோத்த நீலப் பட்டு நூலை கழுத்தில் அணிந்தபடி ஆன்டிக் சாமான் களின் ராணியாக அசத்தலாக உட்கார்ந்திருந் தது. மாமியார் மட்டும் தன் கொள்கையில் உறுதியில்லாமல் இருந்திருந்தால் இப்படி யொரு சிம்மாசனம் அதற்குக் கிடைத் திருக்குமா? ●

ஆன்மீக உலகில் ஓர் அற்புதம்!



ஆன்ம சக்தியை அழித்து, அறிவின் திறனை குறைத்து, மனவலிமையை தகர்த்து, நிம்மதியைக் குலைத்து, வலிவை பாழாக்கி, ஆரோக்யத்தைக் குறைத்து, குடும்பத்தில் குழப்பம், தொழிலில் நஷ்டம், உத்தியோகத்தில் பிரச்சனை, கல்வியில் தோல்வி, காதலில் வீழ்ச்சி போன்ற காரியங்களை பில்லி, சூன்யம், ஏவல் இவற்றால் தீமை உண்டாகின்றன.

விண் மட்டும் விஞ்ஞானம் வளர்ந்த போதும், இவைகளுக்குத் தீர்வு அருள் மறையில் மாத்திர முண்டு. இந்தக் குறைகளை நீக்கி எல்லாத் துறையிலும் வெற்றி பெறச் செய்கிறார் மாபெரும் தவச்சீலர் **மறையகம் பாபா.** உடனே அணுகவேண்டிய முகவரி:

அருள்

மறையகம்

1 B, மகாலட்சுமி அப்பார்ட்மெண்ட்,
நெ. 3, அப்துல் ரசாக் தெரு,
நூர்ஜஹான் தியேட்டர் எதிரில்
(தற்போது ராஜ் தியேட்டர் என்று மாற்றப்பட்டுள்ளது),
சைதாப்பேட்டை, சென்னை - 600 015.
☎ : 2435 1190, 2433 2047.
செல்போன் : 98404 11551

குறிப்பு : வெளியூர், வெளிநாடுகளில் வசிப்பவர்கள் தங்கள் பிரச்சனை தீர்க்க தங்கள் பெயர், தங்கள் தாயார் பெயருடன் தங்கள் பிரச்சனைகளை எழுதி, ரூ. 10 (அ) அதற்கான அஞ்சல் தலையுடன் அனுப்பி வைத்து ஆலோசனை பெறவும்.

உடல் எடை குறைக்க
சுகர் - மூலிகை சிகிச்சை

உடல் எடை குறைக்க: அதிகபட்சமாக வீட்டில் இருந்தால் ஒரு மாதத்தில் 15 கிலோவரை / இங்கு தங்கினால் 12 - நாட்களில் 10 கிலோ வரை குறைகிறது. உடலில் உள்ள அழுக்குகள், துர்நீர் வெளியேறுவதால் உடல் எடை குறைகிறது. அப்போது அல்சர், பிரசர், முழங்கால் வலி, தலைவலி, மாதவிடாய் பிரச்னைகள் போன்ற மற்ற நோய்களும் தொந்தரவுகளும் இயற்கை முறையில் பாதுகாப்பாக பெருமளவு குணமாகின்றன. **பலருக்கு ஒரே வாரத்தில் எடை குறைவது நன்கு தெரியும்.** இரண்டாம் மாதத்திலிருந்து மேலும் மேலும் எடை குறைவதோடு உடல் அளவும் (SIZE) வேகமாக குறைந்து உடல் நன்கு இறுகும், பலமும் அழகும் அதிகரிக்கும்.

உடலிலுள்ள கொழுப்பு, ஊளைச் சதை போன்றவை நீங்குவதால் பெண்களுக்கு கருத்தரிக்கும் வாய்ப்பு மிகவும் பிரகாசமடையும். ஆண்களுக்கு நேரம், பலம் திறன், உறுதி ஆகியவை நன்கு மேம்பட்டு முன்பு எப்போதும் இல்லாத அளவிற்கு தாம்பத்திய உறவு சிறப்படையும்.

உடலின் இயற்கையான இயக்கத்தின் மூலம் அழுக்குகள் வெளியேற்றப்படுவதால் எவ்வித பின்/பக்க விளைவுகள் ஏற்படுவதில்லை. ஒரு மாத மருந்து ரூ.1100/- முதல் ஐந்து விலைகளில் கிடைக்கும். போனில் முகவரி தெரிவித்து V.P.P. மூலமாகவும் நேரிலும் மருந்துகளைப் பெறலாம்.

சுகர்: உடல்நிலையைப் பொறுத்து நிறையப் பேருக்கு ஒரு மாதத்திற்குள் நார்மலாகிவிடும் வாய்ப்புள்ளது. பின்பு எமது மூலிகை மருந்துடன் எளிய உணவுமுறையில் வாழ்நாள் முழுவதும் பக்க/பின் விளைவுகளின்றி சுகரை நன்கு கட்டுப்படுத்தலாம். பூரண ஆரோக்கியத்தைத் திரும்பப் பெறலாம்.

எமது மூலிகை மருத்துவத்தில் எந்த தொந்தரவுக்காக சிகிச்சை பெற்றாலும் மொத்த உடல் ஆரோக்கியமே மேம்படும். பசி, தூக்கம் ஒழுங்காகும். அல்சர், கேஸ்ட்ரபுள் போன்றவை நீங்கும். முடி உதிர்வது, முகப்பருக்கள் குணமாகும். இரத்தம் சுத்தமாகும். நோய் எதிர்ப்பு சக்தி அதிகரிக்கும். மேலும் தலைவலி, உடல் வலிகள், வயிற்றுக் கோளாறுகள் குழந்தையின்மை உட்பட, **உணவு சாப்பிட்டு நடமாடும் நிலையில் உள்ளவர்களின் எல்லா நோய்களுக்கும்**

Dr. M. **முத்துக்குமார்** B.Sc.,DNYS., **இயற்கை மருத்துவ இல்லம்** (பதிவு). **ஸ்ரீ குருகுலம் பள்ளி எதிரில்,**



50!

வாக்கிங் போகும் சில பெண்மணிகள், ஆடி அசைந்த படி தங்கள் வீட்டுக் கதைகளை பேசிக் கொண்டே நடக்கின்றனர். இது பெரும் தவறு. மனதையும், உடலையும் ஒருநிலைப்படுத்தி, அமைதியாய் மேற்கொள்ளும் நடைப்பயிற்சியே உடலுக்கும், உள்ளத்துக்கும் நல்லது. இனிமேலாவது, நோ டாக்கிங்; ஒன்லி வாக்கிங்!

- பா. பனிமலர், மதுரை - 14.

ஒன்லி வாக்கிங்!

இவை எல்லாமே ஆஹா 50! தான்!

திருமணம், பண்டிகை, பார்ட்டி எதற்கு செல்வதாக இருந்தாலும், முதல் நாளே பிளவுசை போட்டுப் பார்த்து, புடவையும் அயர்ன் செய்து இருக்கிறதா என்று பார்த்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். இதனால் கிளம்பும்போது டென்ஷன் இல்லாமல் இருக்கும்.

- லக்ஷ்மி ரங்கநாதன்,
ஆழ்வார்ப்பேட்டை.

குழந்தைகளிடம் சிறு வயது முதலே எடுத்த பொருளை எடுத்த இடத்தில் வைக்கும் பழக்கத்தை ஏற்படுத்த வேண்டும். இதனால் வீண் சண்டைகளைத் தவிர்க்கலாம்.

- கு. லதா, கும்பகோணம்.

கர்ப்பிணிப் பெண்களைப் பார்க்கப் போகும்பொழுது, இலந்தை வடாம், வேப்பிலைக் கட்டி, நார்த்தங்காய், புளிக்காய்ச்சல் என கொண்டு போய் கொடுத்தால் மசக்கை சமயத்தில் ரொம்ப உபயோகமாக இருக்கும். அதுவும் வேலைக்குப் போகும் பெண்களுக்கு ரொம்ப உதவியாக இருக்கும். ஊறுகாய்கள், பொடி வகைகளும் தரலாமே!

- ஆர். லலிதா, சென்னை - 28.

பிறந்த குழந்தைகளைப் பார்க்கச் செல்லும் போது என்ன வாங்கிச் செல்லலாம் என யோசிக்க வேண்டாம். தற்போது கடைகளில் அழகான 'காட்டன் டயபர்கள்' துணியால் தைத்தது கிடைக்கின்றன. அவரவர் சக்திக்கேற்ப 6 (அ) 12 வாங்கிக் கொடுத்தால் பழைய வேட்டி, சேலை என இளம்தாய்மார்கள் அலைய வேண்டாம்.

- சேலம் மனோகரன்,
சேலம் - 6.

நீர் மோரில் சிறிதளவு ரசப்பொடி சேர்த்துப் பருகினால் வெகுஜோராக இருக்கும்.

- வீ. சுமதி ராகவன், வேலூர்.

நான்கு பங்கு அரிசியுடன் ஒரு பங்கு உளுத்தம் பருப்பு சேர்த்து மிஷினில் அரைத்து வைத்துக் கொள்ளவும். திடீர் விருந்தினர் வந்தால் திடீர் தோசை செய்து கொடுத்து அசத்தலாம். இதே மாவில் தேன் குழல் செய்யலாம். உருளைக்கிழங்கு போண்டா செய்யும் போது மேல் மாவாக உபயோகிக்கலாம்.

- கௌசல்யா ஸ்ரீராமன்,
செகந்திராபாத்.

உறுதியான, பாதுகாப்பான, தரம்மிகுந்த இரும்பு தகட்டிலான கதவுகள்
பல மாடல்களில் 2ல் இருந்து 12 வரை பூட்டும் வசதியுடன் கிடைக்கும்





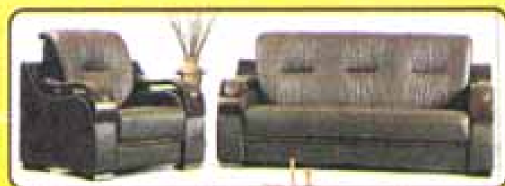

CONTEMPORARY SANITARY WARES FROM MINSEN







IMPORTED OFFICE / DOMESTIC FURNITURES





RADHA International

NO. 38, CATHEDRAL GARDEN ROAD, NUNGAMBAKKAM. CH - 34. PH : 28254042/43,
CELL : 9840243432, FAX : 28265104. E-mail : radhainternational90@yahoo.com

DEALERS ENQUIRY SOLICITED

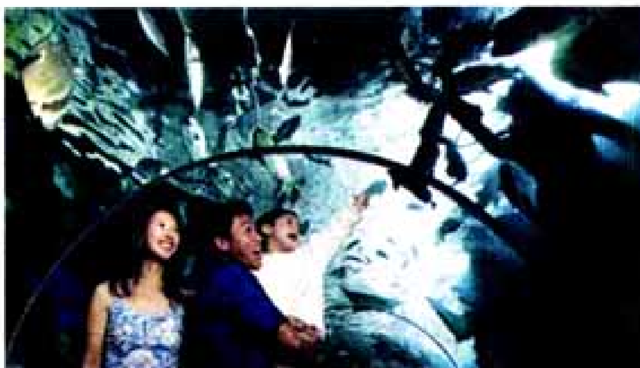
சுற்றுலா

சந்தோஷம் தரும்

சிங்கப்பூர் அளவில் சிறிய நாடாக இருந்தாலும் உலக மக்களின் கவனத்தை ஈர்க்கும் சுற்றுலா அற்புதங்கள் நிறைந்த ஊர். சிங்கப்பூர் சுற்றுலாவில் முதன்மையாக பார்க்க வேண்டிய இடம் சென்டோஸா தீவு. இங்குதான் கண்ணையும் கருத்தையும் கவரும் under water world, 4D- தியேட்டர், பட்டர்ஃப்ளை கார்டன், சாகஸ விளையாட்டு 'லக்ஸ்' எனப்படும் சக்கரம் மாட்டிய பலகைப் பயணம், டால்ஃபின் ஷோ, லேஸர் ஷோ அனைத்துமே உள்ளன.

சென்டோஸா தீவுக்கு மவுண்ட்ஃபேபரிலிருந்து கேபிள் காரில் (தொங்கும் பாலம்) போனோம். இன்னொரு வழி Vivo cityயிலிருந்து மோனோ ரயிலிலும் செல்லலாம். Vivo cityக்கு வெளியில் நின்று பார்த்தாலே கண்ணுக்கு எட்டிய தூரத்தில் சென்டோஸாவின் முன் வளைவு தெரியும்.

கேபிள் காரில் போவது த்ரில்லான அனுபவமாக இருந்தது. பார்ப்பதற்கு, போய்ச் சேருமிடம் கிட்டே இருப்பது போல இருந்தது. அதில் ஏறியபின் இத்தனை தூரமா என்று மலைப்பாக இருந்தது! கீழே பார்க்கும்போது கடல், துறைமுகம், மரங்கள் அடர்ந்த பகுதி, ரோடு என்று தாண்டிச் செல்கிறது. இடையில் மூன்று டவர்கள். டவரின் கிட்டே



★ ஆழ்கடல் உலகம்

செண்டோஸா தீவு

செல்லும்போது எங்கே அதில் இடித்துவிடுமோ என்ற பிரமை ஏற்படுகிறது. ஏறி ஏறி இறங்குவது போல் போகிறது. இடையில் உள்ள அடுக்குமாடி டவரிலிருந்து ஏறுவார்கள், இறங்குவார்கள். அங்கு மட்டும் மெல்லச் செல்லும். மறக்க முடியாத மிக மிக சந்தோஷமானது இந்த ரோப் கார் பயணம்.



அன்டர் வாட்டர் வொர்ல்ட், பட்டர்ஃப்ளை கார்டன், டால்ஃபின் ஷோ அனைத்துக்கும் சேர்த்தே டிக்கெட் வாங்கிக் கொள்ளலாம். பட்டர்ஃப்ளை கார்டனில் குளுகுளு சிலுசிலுவென்று நீர்ச்சிதறல்களுடன் வண்ணத்துப்பூச்சிகள் பறந்து கொண்டிருக்கின்றன. அவை சாப்பிடுவதற்கென்றே வாழைப் பழத்தை வட்ட வட்டமாக அரிந்து வைத்திருக்கிறார்கள்!

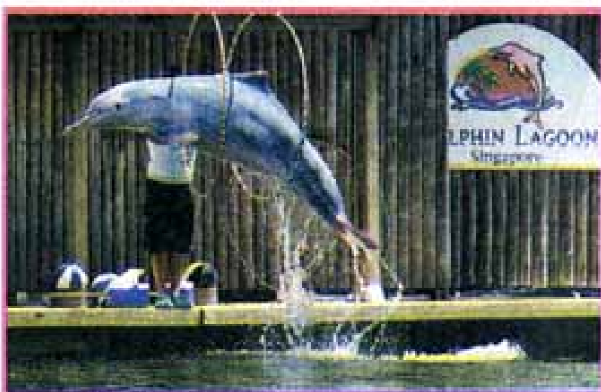
அடுத்து டால்ஃபின் ஷோ. மிக அழகாக, சிறு பிள்ளைகள்போல் சொல்

வதைச் செய்கின்றன. எப்படித்தான் பழக்கினார்களோ? வளையத்துக்குள் பாய்வது, கை போல் சைட் துடுப்பைத் தூக்கிக் கொண்டு பாதி உடம்பு தெரிய நடந்து போவது, பந்தை எடுத்து வருவது ஒவ்வொன்றும் அற்புதம். ஒவ்வொன்றும் செய்து காட்டியபின் டால்ஃபின்களுக்கு பிடித்த உணவாக சிறிய மீன்களைப் போடுகிறார்கள்.



4D தியேட்டரில் படம் பார்க்க முக்கால் மணி நேரம் கியூவில் நிற்க வேண்டியதாகி விட்டது. காட்சி என்னவோ கால் மணி நேரம்தான். தீப்பந்தத்தை நீட்டும்போது ஸ்கிரீனிலிருந்து வெளியே நீட்டுவது போலவே உள்ளது. தண்ணீர்ச் சிதறடிக்கும் காட்சிகளில் நம் மேலே நிஜமாகவே தண்ணீர் தெளிப்பது போல வடிவமைத்திருக்கிறார்கள்.

பிரமிக்க வைப்பதும் பரவசமாக பார்க்கக்கூடியதுமான முக்கிய இடம் அன்டர் வாட்டர் வொர்ல்ட்! பெரிய பெரிய மீன்கள் நீரில் மிக அருகே நீந்தும் காட்சிகள் பிரமிக்க வைக்கின்றன. இவை மீன்கள் தானா என்று எண்ணக்கூடிய அளவில் ட்ராகன் மீன்கள், பஞ்சு போல் மிதந்து நீந்தும் ஜெல்லி மீன்கள், பறவை போல் அலை பாயும் திருக்கை மீன்கள், நீரடியில் படுத்திருக்கும் பெரிய பெரிய சுறாக்கள் என எல்லாமே அற்புதம்.



கண்ணாடிக் கூண்டுக்குள் நாமிருக்க நம்மைச் சுற்றிலும் மீன்கள் துள்ளித் திரிகின்றன. அதைக் காணும்போது நமது மனம் எப்படித் துள்ளித் திரிந்து ரசிக்கிறது என்பதை வர்ணிக்க முடியாது.

மெர்லின் சிங்கப்பூரின் அடையாளச் சிற்பம் சிங்கம். அதன் வாயிலிருந்து தண்ணீர் ஊற்றுவது போல இருக்கும். இங்கு அது போலவே வெறும் சிங்கச் சிலை ஒன்று பிரம்மாண்டமாய் உள்ளது. கீழே சலசலக்கும் நீரூற்றுகள். உள்ளே சென்று மேலே ஏறி தலைப் பகுதி வரை சென்றும் பார்க்கலாம். சுற்றிலும் இரண்டு மூன்று அடுக்குகளாய் பெரிய பூங்காக்கள், விதவிதமான மலர்களுடன். பூங்கா நடுவிலேயே ஏறவும் இறங்கவும் எஸ்கலேட்டர்கள் இருக்கின்றன. இரவில் சிங்கத்தின் கண்களில் வீசும் ஒளி ஜாலம் வெகுதூரம் வரை தெரியும்.

ஏழு மணிவாக்கில் லேஸர் ஷோ, தண்ணீர் திரையில் விதவிதமான உருவங்களுடன் காட்டப்படுகின்றன. நாங்கள் போன அன்று 500 பேராவது அமர்ந்து பார்த்திருப்பார்கள். சிங்கப்பூரின் மையத்தில் உள்ள சன்டெக் சிட்டியிலும் உலகின் லார்ஜஸ்ட் ஃபவுண்டனிலும் தினமும் இரவு இந்த லேஸர் ஷோ எழுத்துகளுடன் காட்டப்படுகிறது. தினம் ஜே ஜே கூட்டம் தான்!

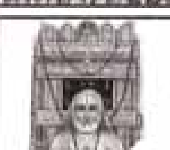
– கு. மாலதி குசேலன்,
நெசப்பாக்கம்.

Indian Railway Catering and Tourism Corporation



இந்தியன் ரயில்வேயின் யாத்திரை ரயில் விபரங்கள்



அமர்நாத் யாத்திரை		டெல்லி - ஜம்மு - வைஷ்ணோதேவி ஸ்ரீநகர் – அமர்நாத் பனிலிங்கம்*	25-6-2008 15 நாட்கள் ரூ. 7732
வட இந்திய புனித யாத்திரை		காசி - கயா - அலகாபாத் சித்ரகூடம் - நைமிசாரண்யம் அயோத்யா - கல்கத்தா - பூரிஜகன்னாத்	14-7-2008 12 நாட்கள் ரூ. 6185
நவ பிருந்தாவனம்		நவபிருந்தாவனம் - கோலாப்பூர் மகாலெட்சுமி துல்ஜாபூர் - பண்டரிபூர் - மந்த்ராலயம்	26-8-2008 11 நாட்கள் ரூ. 5670

2ம் வகுப்பு ரயில், தங்கும் வசதி, தென்னிந்திய உணவு, சுற்றிப்பார்க்க பேருந்து வசதி

TRAVEL TIMES (INDIA) P. LTD

இந்திய அரசு சுற்றுலா துறையின் அங்கீகாரம் பெற்றது www.railtourism.com

சென்னை : 11, Club House Road, Anna Salai, Chennai - 2. ☎ 044-2846113, 9790926956

மதுரை : 39, New LIG Colony East, (Opp. Kolcha Complex) Anna Nagar. ☎0452-4391228, 9790933257

கோவை 49, 9 Street, Opp. Ganga Yamuna Theatre, Tatabad ☎0422-2496667, 9345796778

பாரம்பரிய ஜோதிடர்

துயரத்தின் பிடியிலிருக்கும் பலரும் இவர் பார்வை பட்ட பிறகு வாழ்க்கையின் உயர்ந்த நிலையை அடைந்து விடுகின்றனர்.

திருமணத்தடை, குழந்தையின்மை, கணவன் மனைவி பிரிவு, கல்வித் தடை, வேலையின்மை, கொடிய நோய்கள் போன்றவற்றை எளிமையான பரிகாரம் மூலம் இவர் தீர்க்கும் விதம் வியக்கத் தக்கது.

ஜாதகம் கணிப்பதிலும், குழந்தைகளுக்கு அதிர்ஷ்டப் பெயர் சூட்டுவதிலும் வல்லவர் இவர்.

வெளியூர் அன்பர்கள் ஒரு ஜாதகத்தின் மூன்று கேள்விகளுக்குப் பதில் பெற ரூ.**150/-MO (or) D.D** அனுப்பவும். ஜாதக நகல் + ரூ.**5** அஞ்சல் தலை ஒட்டிய சுய விலாசமிட்ட கவர் இணைக்க வேண்டும். ஜாதகம் இல்லாதவர்களுக்கு எங்கள் பிரசன்ன முறையில் பதில் பெறலாம்.

Prof. S. பஞ்சநாதன்

வாக்குச் சித்தர் ஜோதிட நிலையம், எண். 8/27, 3rd மெயின்ரோடு, தில்லை கங்கா நகர், நங்கநல்லூர், சென்னை 600 061 தொலைபேசி - (044) 22670573 , 9444453693

ரகசியங்கள் ரகசியமாய் இருக்கும். ♦ தொலைபேசி மூலம் முன் அனுமதி பெற்று வருக!

SATISFACTION GUARANTEED



என் செல்லமே!



தாத்தா : என். முத்துக்குமரன்
பாட்டி : எம். தைலாம்பாள்
பேத்தி : ஜி. வர்ஷா





தாத்தா : வெங்கடேஷ் மூர்த்தி
பாட்டி : மாலதி
பேத்தி : சிநேஹா



தாத்தா : ராஜசேகரன் பர்னாண்டோ
பாட்டி : திரேசாள்
பேத்தி : ஜிஜோராய்

தாத்தா : வி.வெ. சந்தானம்
பாட்டி : எஸ். நாகலக்ஷ்மி
பேரன் : சி. சிவகுமார்





தாத்தா : பாபாராஜ்
பாட்டி : வசந்தா
பேரன்கள் : நிகில் அபிஷேக், சஷான் ஸ்ரீராம்

கணித்து வழங்குபவர் : டாக்டர் முருகடிமை துரைராஜ்



ஜூன் மாதம் எப்படி?

	சந்	சூ பு சுக்	
	1.6.2008 அன்று ராசி கிரகநிலை		கே செ
ரா			சனி
குரு			

கிரக நிலை

ராசி பலன்களும், எளிய பரிகாரங்களும்

மேஷம்

(அசுவினி, பரணி, கார்த்திகை 1 - ஆம் பாதம்)

மேஷ ராசி அன்பர்களே! தடைப்பட்டு வந்த வெளிநாட்டுப் பயணம் உறுதியாகும். பழைய வீட்டைப் புதுப்பிக்க நேரும். தாயாரின் உடல்நலனில் பிரத்யேக கவனம் தேவை. வாக்கினால் வளமும் நலமும் சேரும். குடும்பத்தில் ஒருவருக்கொருவர் கலந்து பேசி முடிவுகள் எடுத்தால் குழப்பம் அகலும். வரவேண்டிய பாக்கிகள் வசூலாகும். கூட்டுத் தொழிலில் மேன்மை கிட்டும். மாணவர்கள் படிப்பில் கூடுதல் கவனம் தேவை. வியாபாரிகள் முதலீடு அதிகம் ஆகும். விவசாயிகள் நிலச் சீர்திருத்தம், அடி உரமிடுதல் போன்றவற்றில் மிகுந்த கவனம் செலுத்துவர். உத்யோகஸ்தர்களுக்கு வேலை சுமை கூடுதல் ஆகும். சிலர் பதவி உயர்வுடன் இடமாறுதல் பெறுவர். கலைஞர்கள் கணிசமான அனுகூலம் அடைவர். வெளியூர் பணிகளால் உடல்நலம் பாதிக்க இடமுண்டு. *16.6.2008 அதிகாலை 2.40 முதல் 18.6.2008 மாலை 3.16 வரை சந்திராஷ்டமம்.* கவனம் தேவை.



பரிகாரம் :

பிரதி செவ்வாய் மாலை 3 - 4.30 ராகு காலத்தில் துர்க்கையம்மனை தீபம் ஏற்றி வழிபடவும். தினசரி அலுவலைத் துவங்குமுன் விநாயகரை வழிபடவும். தடைகள் விலகும்.

ரிஷபம்

(கார்த்திகை 2, 3, 4ஆம் பாதங்கள், ரோகிணி, மிருகசீரிஷம் 1, 2 ஆம் பாதங்கள்)

ரிஷபராசி அன்பர்களே! எண்ணியது ஈடேறும். காதல் கனிந்து கல்யாணத்தில் முடியும். தெய்விகத் திருத்தலங்களுக்குச் சென்று வர நேரும். உமது மகன் (அ) மகள் உயர்படிப்பு, வேலை வாய்ப்பு தொடர்பாக வெளிநாடு செல்ல நேரிடும். பெண்களால் வாழ்வில் வளமும் நலமும் சந்தோஷமும் கூடும். வீடு, மனை என வாங்கத் திட்டமிட்டது வெற்றிதரும். வேலையில் (அ) தொழிலில் கீழ்நிலையில் பணிபுரிவோரிடம் பக்குவமாக நடந்து கொள்ளவும். கணவன் - மனைவி பரஸ்பரம் விட்டுக் கொடுத்துப் போவது நலம். மாணவர்கள் கடுமையாக உழைப்பதால் இலக்கை அடைய முடியும். வியாபாரிகளுக்கு மருந்து, இரசாயனம், ஜவுளி, ஃபேன்ஸி சாதனங்கள் அதிக லாபம் தரும். கலைஞர்களுக்கு புதிய வாய்ப்புகள் பெருகும். சரளமான முன் பணம் கிடைக்கும். கொடுத்த வாக்கைக் காப்பாற்றலாம். *18.6.2008 மாலை 3.16 முதல் 21.6.2008 அதிகாலை 3.11 வரை சந்திராஷ்டமம்.* கவனம் தேவை.



பரிகாரம் : தினசரி சூரிய நமஸ்காரம் செய்க. இயன்றவர்கள் மந்திர ஜெபம் செய்க. பிரதி வெள்ளிக்கிழமை வீட்டில் விளக்கு பூஜை செய்தால் லட்சுமி கடாட்சம் ஏற்படும். மகா லட்சுமி அஷ்டகம் பாராயணம் செய்ய நன்று.

மிதுனம்

(மிருகசீரிஷம் 3, 4ஆம் பாதங்கள், திருவாதிரை, புனர்பூசம் 1, 2, 3 ஆம் பாதங்கள்)

மிதுன ராசி அன்பர்களே! வெளியூர்ப் பிரயாணம் வெற்றி தரும். புதிய தொழில் துவங்க வாய்ப்பு உண்டாகும். தந்தையின் உடல்நலனில் மிக்க கவனம் தேவை. புதிய முயற்சிகளில் நேரடி கவனம் தேவை. வாக்கில் மென்மை தேவை. தெய்விகப் பிரார்த்தனைகள் பலிக்கும். பிரிந்து வாழும் தம்பதியர் சேர்ந்து வாழ இடமுண்டு. பெண்களின் நீண்ட காலக் கனவுகள் நனவாகும். மாணவர்கள் உயர்கல்விக்கு, போதிய



தகுதி பெறுவர். நண்பர்கள் உதவுவர். வியாபாரிகள் அபிவிருத்தி வழிகளை மேற்கொள்வர். உத்தியோகஸ்தர்கள் விரும்பிய இடத்துக்கு பணி மாறுதல் கிடைக்கும். குழந்தைகளால் இன்பம் உண்டு. மாத இறுதியில் எதிர்பாராத தனவரவு காத்திருக்கிறது. 21.6.2008 அதிகாலை 3.11.2008 முதல் 23.6.2008 பகல் 1.34 வரை சந்திராஷ்டமம். கவனம் தேவை.

பரிகாரம் :

பிரதி புதன் மகா விஷ்ணுவை துளசி மாலை சாத்தி வழிபடவும். தினசரி காலையில் வெங்கடேச சுப்ர பாதம் பாட (அ) கேட்க நன்று. ஒருமுறை சோளிங்கர் யோகநரசிம்மரை வழிபட்டு வரவும்.

கடகம்

(புனர்பூசம் 4ஆம் பாதம், பூசம், ஆயில்யம்)

கடக ராசி அன்பர்களே!

எந்தப் பணியில் ஈடுபட்டாலும் மன உறுதியுடன் ஈடுபடவும். எண்ணம் ஈடேறும். கணவன் - மனைவி இடையில் ஒருவருக்கொருவர் விட்டுக் கொடுத்துப் போவது நலம். கூட்டுத் தொழில் புரிபவர்கள் சற்றுப் பக்குவமாக நடந்துகொள்ளவும். பணம் கையாளும் பணியிலிருப்பவர்கள் கவனமுடன் பணிபுரிதல் நலம். பெண்கள், விரும்பியதை வாங்கி மகிழ்வர். புதிய வண்டி வாகனம் அமையும். மாணவர்கள், உயர்கல்வி பெற தேவையான ஒத்துழைப்பு கிட்டும். சிலர் வெளிநாடு சென்று படிப்பைத் தொடர



வாய்ப்பு உள்ளது. வியாபாரிகள் தொழில் அபிவிருத்திக்கு இடம் உண்டு. மருந்தகம், உணவகம், பல் பொருள் வணிகம் போன்ற பிரிவினர் ஏற்றம் பெறுவர். விவசாயிகள் நவீன சாகுபடி முறையில் கவனம் செலுத்துவர். நீண்ட நாள் பிரார்த்தனைகள் நிறைவேறும். 23.6.2008 பகல் 1.34 முதல் 25.6.2008 இரவு மணி 9.25 வரை சந்திராஷ்டமம். கவனம் தேவை.

பரிகாரம் :

பிரதி சோமவாரம் (திங்கள்) சிவாலயம் சென்று சிவபெருமானையும் அம்பாளையும் வழிபட்டு வரவும்.

சிம்மம்

(மகம், பூரம், உத்திரம் 1ஆம் பாதம்)

சிம்ம ராசி அன்பர்களே! ஏழரைச் சனியாயிற்றே, ஜென்ம சனியாயிற்றே என்ற கவலையை விடுங்கள். பிராப்த ஸ்தானமான ஆறில் யோகக்காரகன் ராகு இருப்பதால் வழக்கில் வெற்றி கிட்டும். எதிரிகள் விலகுவர். எனவே அச்சத்தை விட்டு ஆரோக்கியமான மனோதிடத்தை வளர்த்துக் கொள்ளுங்கள். அரசு வழி அல்லல் தீரும். பெயரும் புகழும் கூடும். தேவையற்ற பிரயாணம் தவிர்க்கவும். விலகிய சொந்தபந்தங்கள் விரும்பி வந்து சொந்தம் கொண்டாடுவர். வெளிநாட்டுப் பயணம் வெற்றி தரும். பெண்கள் கணவரிடம் விட்டுக்கொடுத்துப் போவது நலம். வியாபாரிகள் செய்தொழிலில் பெயரும் புகழும் பெறுவர். வெளிநாட்டுத் தொடர்பு கிட்டும். அரசு வழி அல்லல் தீரும். தொட்டது துலங்கும். உத்யோகஸ்தர்கள் பணிசார்ந்த பிரயாணங்கள் செல்ல நேரும். மறைமுக வருவாய் பெறுவோர் மிக மிக எச்சரிக்கையுடனிருப்பது நலம். 25.6.2008 இரவு 9.25 முதல் 28.6.2008 அதிகாலை 2.08 வரை சந்திராஷ்டமம். கவனம் தேவை.



பரிகாரம் : தினசரி காலையில் சூரிய நமஸ்காரம் செய்யவும். பிரதோஷ காலத்தில் சிவாலய தரிசனம் செய்க. 'ஆதித்யஹிருதயம்' பாராயணம் செய்ய நன்று. பிரதி சனிக்கிழமை ஏழைகளுக்கு இயன்ற அளவு தானதர்மம் செய்க.

கன்னி

(உத்திரம் 2, 3, 4ஆம் பாதங்கள், ஹஸ்தம், சித்திரை 1, 2 ஆம் பாதங்கள்)

கன்னி ராசி அன்பர்களே! சகோதர வழி உறவு வகையினர் பகை மறந்து நெருங்கி வருவர். நிலபுலன்களின் மீது இருந்த வில்லங்கம் தீரும். கடன் தீரும். கவலைகள் விலகும். மகன் (அ) மகள் வழியில் நற்செய்திகள் வரும். வெளிநாட்டுத் தொடர்பு கிட்டும். சிலர் வெளிநாடு செல்லவும் நேரும். அறக்கட்டளைகள் அமைக்க போட்ட திட்டம் வெற்றி தரும். கணவன், மனைவி இடையில் சிறு சிறு கருத்து வேறுபாடு காரணமாகப் பிரிந்து இருந்தவர் கூடி வாழ இடமுண்டு. மாணவர்கள் தமது இலக்கை அடைந்து மகிழ்ச்சிக்கடலில் திளைக்கலாம். வியாபாரிகளுக்கு புதுப் புது ஒப்பந்தங்கள் உருவாகும். உத்யோகஸ்தர்களுக்கு விரும்பிய இட மாறுதல் கிட்டும். தடைப்பட்டு கிடந்த பதவி உயர்வு கிட்டும். மாத ஆரம்பம் முதல் 2.6.08 மாலை 5.32 வரை மற்றும் 28.6.2008 அதிகாலை 2.08 முதல் 30.6.2008 அதிகாலை 3.50 வரை சந்திராஷ்டமம். கவனம் தேவை.



பரிகாரம் : பிரதி புதன் மகாவிஷ்ணுவை துளசி மாலை சாற்றி வழிபடவும். 'விஷ்ணு சகஸ்ர நாமம்' படிக்க (அ) கேட்க நன்று. வசதியற்ற மாணவர்களுக்கு கல்வி பயில இயன்ற அளவு உதவலாம். இதனால் ஜீவன வழிகள் விரிவாகும்.

துலாம்

(சித்திரை 3, 4 ஆம் பாதங்கள், சுவாதி, விசாகம் 1, 2, 3 ஆம் பாதங்கள்)

துலாம் ராசி அன்பர்களே! கல்வியில் மேன்மையும் கலை யுணர்வில் விருப்பமும் கூடும். எண்ணம் ஈடேறும். எதிர்ப்புகள் விலகும். கடன் தீரும். விரோதிகள் விலகுவர். சிலருக்குக் காதல் திருமணம் சாத்திய மாகும். கண் சம்பந்தமான சிறு சிறு உபாதைகள் வர இடமுண்டு. வாக்கினால் வளமும் நலமும் சேரும். சகோதர வழியில் சிறு சிறு சஞ்சலம் உண்டாகி விலகும். வீடு, மனை வாங்க யோகம் உண்டாகும். மாணவர்கள் உயர்கல்வி பயில தடைவிலகும். சிலர் வெளிநாடு சென்று படிக்கவும் இயலும். உத்தியோகஸ்தர்களுக்கு வேலைப் பளு கூடும். கீழ்நிலை சிப்பந்திகளிடம் சற்று அனுசரணையாக நடந்துகொள்ளவும். கலைஞர்களுக்கு வாய்ப்புகள் பெருகும். எடிட்டிங், கிராஃபிக்ஸ், ஸ்டன்ட், அரங்க அமைப்பு, வசனம், பாடல், டைரக்ஷன் போன்ற பிரிவினர் மிக்க அனுகூலம் அடைவர். 2.6.2008 மாலை 6.06 முதல் 4.6.2008 மாலை 5.17 வரை சந்திராஷ்டமம். கவனம் தேவை.



பரிகாரம் : தினசரி சூரிய நமஸ்காரம் செய்க. காயத்ரி மந்திரம் 108 முறை சொல்லவும். இயலாதவர்கள் 27 முறையாவது சொல்லவும். பிரதி வெள்ளிக்கிழமை மகாலட்சுமியை நெய் தீபம் ஏற்றி வழிபடவும்.

விருச்சிகம்

(விசாகம் 4ஆம் பாதம், அனுஷம், கேட்டை)

விருச்சிக ராசி அன்பர்களே! சரளமான பணப்புழக்கம் உண்டாகும். கொடுத்த வாக்கைக் காப்பாற்றலாம். புதிய முதலீடுகளில் மிகுந்த கவனம் தேவை. செய் தொழிலில் நிலவிய சஞ்சலமான போக்கு சரியாகும். கணவன் - மனைவி ஒருவருக்கொருவர் அனுசரித்துப் போவது நலம். மாதத்தின் பிற்பகுதியில் காதல் கனிந்து வரும். வீட்டில் விருந்தினர் வருகை அதிகரிக்கும். பெண்கள் எண்ணிய எண்ணம் ஈடேறும். மாணவர்கள் சாதனை புரிவர். உயர் கல்விக்காக வெளிநாடு செல்ல வாய்ப்பு கிட்டும். ஆய்வுக் கல்வியில் அனுகூலமான போக்கு நிலவும். வியாபாரிகளுக்கு புதிய வாய்ப்புகள் பெருகும். அரசு வழியில் வந்த நெருக்கடிகள் தீரும். வங்கிகள் ஒத்துழைப்புக்கு குறைவில்லை. உத்யோகஸ்தர்களுக்கு விரும்பிய இடமாறுதல் கிடைக்கும். நிலுவைத் தொகை வர வாய்ப்பு உள்ளது. கலைஞர்களுக்கு அதிக பிரயாணமும் அதிக வருவாயும் கிட்டும். கேமிரா, கிராஃபிக்ஸ் கலைஞர்கள் அதிக அனுகூலம் பெறுவர். 4.6.2008 மாலை 5.17 முதல் 6.6.2008 மாலை 5.36 வரை சந்திராஷ்டமம். கவனம் தேவை.



பரிகாரம் : பிரதி செவ்வாய் யோக நரசிம்மரை வழிபடவும். துர்க்கைக்கு ராகு காலத்தில் தீபம் ஏற்றவும்.

தனுசு

(மூலம், பூராடம், உத்திராடம் 1 ஆம் பாதம்)

தனுசு ராசி அன்பர்களே! புதிய முயற்சிகளில் இறையனுகூலத்தினால் வெற்றி கிட்டும். முன் அறிமுகம் இல்லாதவர்களிடம் பண பரிமாற்றங்கள் செய்வது சிக்கலாகி விடும். எச்சரிக்கை தேவை. அரசு வழியில் நிலவிய சிக்கல் எதுவானாலும் தீரும். குடும்பத்தில் கணவன் - மனைவி இடையில் ஒருவருக்கொருவர் விட்டுக் கொடுத்துப் போவது நலம். சிலர் செய்த முதலீட்டைத் திரும்பப் பெற இடமுண்டு. தொழில் முறையில் வெளியூர் சென்றவர்கள் மனைவி மக்களுடன் சேர்ந்து வாழ இடமுண்டு. பெண்கள் விருப்பங்கள் நிறைவேறும். எனினும் விடாமுயற்சி தேவை. மாணவர்கள் உயர்கல்வி பயில போதிய ஆதரவு கிட்டும். வியாபாரிகளுக்கு புதிய ஏஜென்சி கிடைக்கும். பங்கு மார்க்கெட்டில் முதலீடு செய்தவர்கள் கவனமுடன் சமாளிப்பது நலம். பிரயாணம் மூலம் தொழில் தனம் புரிவோர் மிக்க அனுகூலம் பெறுவர். 6.6.2008 மாலை 5.36 முதல் 8.6.2008 இரவு 8.52 வரை சந்திராஷ்டமம். கவனம் தேவை.



பரிகாரம் : பிரதி வியாழன் தட்சிணாமூர்த்திக்கு நெய் தீபம் ஏற்றி, மஞ்சள் நிற மலர்களால் அர்ச்சித்து வணங்கவும்.

மகரம்

(உத்திராடம் 2, 3, 4ஆம் பாதங்கள், திருவோணம், அவிட்டம் 1, 2ஆம் பாதங்கள்)

மகர ராசி அன்பர்களே! எந்த முயற்சியானாலும் பதற்றம் இல்லாமல் செய்ய நன்று. அவசியமற்ற பிரயாணங்களைத் தவிர்க்கவும். மகன் (அ) மகள் வழியில் சுபச்செலவுகள் வரும் வாய்ப்பு உள்ளது. தெய்விகப் பிரார்த்தனைகளை நிறைவேற்றுவீர்கள். சகோதர வழி உறவுகளினால் எதிர்பாராத சஞ்சலம் மனஸ்தாபம் உண்டாகும். உமது உடல்நலனிலும் உமது மனைவியின் உடல் நலனிலும் பிரத்யேக கவனம் தேவை. கணவன் - மனைவி ஒருவருக்கு ஒருவர் அனுசரித்துப் போவது நலம். மாணவர்கள் ஆய்வுக்கல்வியில் அதிக கவனம் செலுத்த நேரும். வியாபாரிகளுக்கு அரசு வழி கெடுபிடிகள் வர வாய்ப்பு உள்ளது. சற்று முன்னெச்சரிக்கையுடன் இருக்கவும். உத்யோக உயர்வு என்ற பெயரில் விரும்பாத இட மாறுதல் கிட்டும். கலைஞர்களுக்கு தொழில்நிலை மேம்படும். காரியத்தில் கவனமாக இருக்கவும். 8.6.2008 இரவு 8.52 முதல் 11.6.2008 அதிகாலை 3.56 வரை சந்திராஷ்டமம்.



பரிகாரம் : பிரதி சனிக்கிழமை அருகில் உள்ள பெருமாள் கோயிலில் சுவாமிக்கு துளசி மாலை சாத்தி அர்ச்சனை செய்க. தினசரி விநாயகரை வலம்வந்து அன்றாடப் பணியைத் தொடங்கவும்.

கும்பம்

(அவிட்டம் 3, 4ஆம் பாதங்கள், சதயம், பூரட்டாதி 1, 2, 3 - ஆம் பாதங்கள்)

கும்ப ராசி அன்பர்களே!

விரோதிகள் விலகுவர். கடன் கணிசமாகக் குறையும். வாக்கி னால், வளமும் நலமும் சேரும். வெளி நாட்டுத் தொடர்பு கிட்டும். கணவன் - மனைவி இடையில் கருத்தொற்றுமை தேவை. சிலர் உத்யோகம், வியாபாரம், தொழில் வழியிலான பிரயாணங்களி னால் மனைவியைப் பிரிந்து செல்ல நேரும். புதிய முதலீடு செய்யும்போது மிகுந்த எச்சரிக்கை தேவை. பெண்களின் நீண்ட காலக் கனவுகள் நனவாகும். மகளிர் வாக்குக்கு கணவரிடம்



மதிப்பும் மரியாதையும் கிட்டும். உயர் கல்வியைத் தேர்வு செய்வதில் மிகுந்த குழப்பம் நிலவும். தக்கவரிடம் ஆலோ சனை கேட்பது நன்று. வியாபாரிகளுக்கு பணியாட்கள் மூலம் நிலவிய சங்கட மான போக்கு அகலும். அரசுக்குச் செலுத்த வேண்டிய பாக்கிகளைச் செலுத்தவும். பதவி உயர்வு கிட்டும். மேல் முறையீட்டில் வெற்றி கிட்டும். கலைஞர்கள் அபார முன்னேற்றம் அடைவர். 11.6.2008 அதிகாலை 3.56 முதல் 13.6.2008 பகல் மணி 2.26 வரை சந்திராஷ்டமம் கவனம் தேவை.

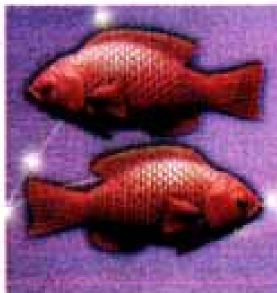
பரிகாரம் : பிரதி சனிக் கிழமை ஐயனாரை வழிப டவும். இயலாதவர்கள் குல தெய்வ வழிபாட்டை மன முருக செய்ய நலம்.

மீனம்

(பூரட்டாதி 4 ஆம் பாதம், உத்திரட்டாதி, ரேவதி)

மீன ராசி அன்பர்களே!

வாக்கினால் ஜீவனம் புரிவோர் மிக்க ஏற்றம் அடைவர். புதிய நிலபுலன் வாங்க முயலும்போது அதன் மூல ஆவணங்களை ஒன்றுக்கு பலமுறை பரிசோதித்து பின்பு முடிவுக்கு வரவும். பெண்கள் எதிர்பாராத அனுகூலம் பெறுவர். கணவன் - மனைவி இடையே அனுசரித்துப் போகவும். மாணவ மணிகள் கடின உழைப்பினால், சாதனை படைப்பர். மாதக் கடைசி யில் வெளிநாடு செல்ல வாய்ப்பு கிட்டும். வியாபாரி களுக்கு அரசு வழி அல்லல் அகலும். விவசாயிகளுக்கு நிலவள வங்கி மூலம் தேவையான கடன் கிடைக்



கும். உத்யோகஸ்தர் களுக்கு விரும்பிய இடமாறுதல் கிட்டும். சிலருக்கு வீடு கட்ட, மனை வாங்க, வண்டி வாங்க அரசு வழியில் கடன் கிடைக்கும். கலைஞர்கள் அனைத்து பிரிவி னரும் நல்ல முன்னேற்றம் அடைவர். பெண்கள் எண்ணிய எண்ணம் ஈடேறும். 13.6.2008 பகல் மணி 2.26 முதல் 16.6.2008 அதிகாலை 2.40 வரை சந்திராஷ்டமம். கவனம் தேவை.

பரிகாரம் :

பிரதி வியாழன், சிவா லயம் சென்று சோமஸ்கந்த ரையும் தட்சிணாமூர்த்தியை யும் நெய் தீபம் ஏற்றி வழிபடவும்.

வாழ்வியல்

''எப்பேர்ப்பட்ட நாத்திகனாய் இருந்தாலும், மரண பயம் நெருங் கும்போது, இறைவனை நினைக்காமல் இருக்க மாட்டான். தண்ணீரில் மூழ்கித் தத்தளிக்கும் சமயத்தில் கையில் கிடைக்கும் மரத்துண்டு போல், யாராவது ஜபிக்கும் இறைவனின் திருநாமங்களைக் கேட்டு அமைதி பெறுவான்'' - பரமாச்சாரியாள் உதிர்த்த இரத்தினங்களுள் இதுவும் ஒன்று.



நான் உன்னைப் பார்க்கிறேன்!

'நான், நான் என்று அகங்காரப்படு பவர்கள் கூட, அந்தகன் வரும் சமயத்தில் ஆண்டவனைப் பற்றிக் கொள்ளத் துடிக் கிறார்கள்.

எதிர்பாராமல் யாருக்காவது விபத்தோ அல்லது மாரடைப்போ ஏற் பட்டால் மருந்தகத்தில் ICUவில் சேர்க் கப்படுகிறார்கள் அல்லவா? மரண பயம் பிடித்துக் கொள்கிறது. அப்போது அவர்களின் மனம் இப் படிக் கதறுமோ?

நான், நான் என பெருமை அடித்துக் கொண்ட நான், எனது என்ற ஆணவம் நீங்கி எல்லாவற்றினுக்கும் ஆதி, நடு, அந்தம் காரணமான ஆண்டவனாகிய உன்னை (YOU) பார்க்கிறேன் (SEE).

I C (see) U (you) (Intensive Care Unit)க்கு இப்படியும் ஒரு விளக்கம் இருக்கும் போலிருக்கிறதே...

- எச். மங்களா ஹரிஹரன்,
முலுண்டு.

சௌபாக்யா®



அமைதியான முறையில்

ஆர்ப்பரிக்கும் அறிமுகம்..!

EasyCook Annam

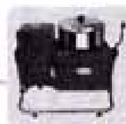
சௌபாக்யா அறிமுகப்பப்படுத்தும் புதிய எலக்ட்ரிக் குக்கர்
விசிலில்லா அமைதியான சமையலை தருகிறது.

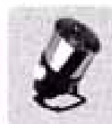

EASYCOOK


Annam

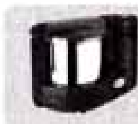
No Gas | No whistling | No waiting | Environment friendly | Keep Warm

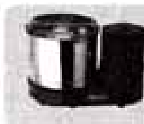
110v available for USA & CANADA


TILTING GRINDER


Shree


Sakthi


Swathi



SOWBAGHYA®

AN ISO 9001:2000 CERTIFIED COMPANY

• 32A, North Usman Road, T. Nagar, Chennai - 600017. Ph: 2834 1760 / 2834 2908, Fax: 4202 3926

• 5, Hasthinapuram Main Road, Chrompet, Chennai -6000 44. Ph: 2223 4420

• 314, Perunduri Road, Erode - 638 011, Ph: 0424 2260245, 2269965

• 1254, Mettur Road (E.V.N. Road), Erode - 638 011 Ph: 0424 2224499.

Authorised Distributors • Dubai: Hadi Enterprises, Po Box No: 5833, Dubai. Ph: 00971 4 3470310

• Malaysia: Ajuntha Textiles, SDN. BHD. No. 20, 22, 24, 26, Jalan Tengku, Kelana 41000 Klang, Selangor Ph: 0060 3 33717571

• SriLanka: Good Value Distributors (Easwaran Brothers) 267 Sea Street, Colombo 1, SriLanka. Ph: 0094 11 2435842

• US: Janaki Foods, 939, Lee St., Elk Grove, IL 60007 USA, Ph: 001 847 525 0768.

*Conditions apply

dreamz 08

www.sowbaghya.com | *Available at all leading outlets | grind@sowbaghya.com






உடம்புக்குள்ளே ஏ.ஸி!

வெயில் சக்கை போடு போடுகிறது. உடம்புக்குள்ளும் ஏ.ஸி தேவைப்படுபவர்கள் கம்பு சோறு ஆக்கி, அதைக் கடைந்த மோரில் கரைத்து சின்ன வெங்காயம் சேர்த்துக் குடிக்கலாம். இதை எளிதான முறையில் வீட்டிலேயே செய்யலாம்.

தேவையான பொருள்கள் :

கம்பு - 500 கிராம்,
புளித்த கஞ்சி - 1 லிட்டர்,
உப்பு தேவையானது.

செய்முறை :

கஞ்சியை நீர் விட்டுக் கலந்து எடுத்து வைத்துக்கொண்டால், அடுத்த நாள் உபயோகித்துக் கொள்ளலாம். கம்பை கல் மண் நீக்கிச் சுத்தம் செய்து 15 நிமிடம் ஊறவைத்து நீரை வடித்து விட்டு, மிக்ஸியில் போட்டு பவுடர் பண்ணி சலித்துக் கொள்ளவும். பின் புளித்த கஞ்சியை தேவையான அளவு பாத்திரத்தில் ஊற்றிக் கொதிக்க வைக்கவும். அதில் கம்பு, குருணை முதலில் போட்டு நன்கு வேகவைக்கவும். தேவையான அளவு உப்பு போடவும். பின் கம்பு மாவையும் போட்டு நன்கு கிளறவும். அடுப்பை சிம்மில் வைத்து மூடிவிடவும். அடிக்கடி கிளறவும்.

கையில் ஒட்டாத பதத்தில் வெந்தவுடன் எடுத்து உருட்டிப் போடவும். உருண்டைகள் மூழ்கும் வரை தண்ணீர் ஊற்றவும். மறுநாள் கடைந்த மோரில் உருண்டையைப் போட்டுக் கரைத்து, உப்புப் போட்டுப் பருகவும். தொட்டுக் கொள்ள சின்ன வெங்காயம், மோர் மிளகாய், மாங்காய் ஊறுகாய், வடாம் எல்லாமே சூப்பர் டேஸ்டாக இருக்கும்!

- சி. மகாலட்சுமி சந்திரசேகரன்,
திருச்சி - 17.




சமையல் அறையில் கடிகாரம் இருப்பது மிக அவசியம். காலை நேர அவசரத்தில் சரியான நேரம் தெரிந்தால்தான், குழந்தைகளுக்கான டிபன், சாப்பாடு ஆகியவற்றை உரிய நேரத்தில் சமைத்து முடிக்க முடியும்.

- மீனாட்சி குருராஜ்,
விழுப்புரம்.

ஸ்ரீரஸ்து. சுபமஸ்து. ஸ்ரீ வெங்கடேச ப்ரசன்ன

ஜெகத்குரு ஸ்ரீ ஆசார்ய சுவாமிகள் ஆசியுடனும், ஆக்ஞையின்படியும் கீழ்கண்ட யாத்திரைகளை அறிவிக்கிறோம்.

1. 12.06.2008 முதல் 24.06.2008 வரை புதுடெல்லி, அக்ஷர்தாம், குருக்ஷேத்ரம், சண்டிகர், சிம்லா, குலு, மணாலி, ரோட்டன்பாஸ் உள்ளிட்ட யாத்திரை.
2. 23.06.2008 முதல் 03.07.2008 வரை ஆந்திர பிரதேச யாத்திரை.
3. 14.07.2008 முதல் 01.08.2008 வரை புதுடெல்லி, அக்ஷர்தாம், அமிர்தசரஸ், குருக்ஷேத்ரம், சிந்தாபூரணி, ஜுவாலாமுகி, வஜ்ஜிரேஸ்வரி, நைனாதேவி, நங்கல், வைஷ்ணவிதேவி, அமர்நாத் உள்ளிட்ட யாத்திரை.
4. 04.08.2008 முதல் 14.08.2008 வரை அலகாபாத், காசி, கயா, பூரி, புவனேஸ்வர் உள்ளிட்ட யாத்திரை.
5. 21.08.2008 முதல் 09.09.2008 வரை பம்பாய் பண்டரீபுரம், ஷீர்டி கோலாப்பூர் சனிசிங்கனாப்பூர், சோலாப்பூர், 7 ஜோதிர்லிங்கம் மற்றும் அஷ்ட விநாயகர் உள்ளிட்ட யாத்திரை.
6. 03.09.2008 முதல் 09.09.2008 வரை ஓம்காரேஸ்வர், மஹாகாளேஸ்வர், மாஹீஷ்மதி, உஜ்ஜயின் யாத்திரை.
7. 11.09.2008 முதல் 30.09.2008 வரை. பத்ரிநாத், கேதார்நாத், கங்கோத்ரி, யமுனோத்ரி, கோமுக், புதுடெல்லி, அக்ஷர்தாம் உள்ளிட்ட சார்தாம் யாத்திரை.
8. அக்டோபரில் - **தீபாவளி நிஜ கங்கா ஸ்நானம் காசி யாத்திரை**

ஒரு குருப்பாக வரும் அன்பர்களுக்கு காண்ட்ராக்ட் முறையில் அவர்கள் விரும்பும் இடங்களுக்கு அவர்கள் விரும்பும் தேதியில் யாத்திரை செய்து தரப்படும்.

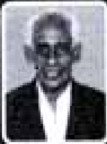
குறிப்பு : 90 நாள்கள் முன்னதாக டிக்கட் ரிசர்வ் செய்ய வேண்டியிருப்பதால் அதற்கும் முன்னதாக ரிசர்வ் செய்துகொள்வது நல்லது.

தேதி வாரி அட்டவணை மற்றும் மேலும் விவரங்களுக்கு

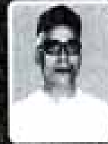
ஸ்ரீ மஹாலக்ஷ்மி யாத்ரா சர்வீஸ்

1, பூசுப் லேன், அருணாசலம் தெரு, சேப்பாக்கம், சென்னை-5. Phone : Off : 28516845 Resi : 28516957 STD : 044

எங்கள் நிறுவனர்கள்


R. சுந்தரேச ஜோஷி


T.R. Joshi


R. வெங்கடேச ஜோஷி



தூய்மையான வைரங்கள்,
பாரம்பரியமிக்க வடிவங்கள்,
125 வருட பாரம்பரியம்...

வைர நகைகளின் தாயகம்!

Joshis'

DIAMOND MERCHANTS & JEWELLERS

V. Bhavanishanker Joshi, 1B, 'Sudarsan Manor', 16, Hanumantha Road
Balaji Nagar, Royapettah, Chennai - 600 014 Ph : 2813 3162, 2813 3062
Mobile : 94442 25807, 98410 87661 Website : www.joshis.in

வைர நகைகளின் முதல் தேர்வு...

*பு*வனா சாமா, தென்பாதி (சீர்காழி).

பித்துக்குளி முருகதாஸ் அவர்களின் கணீர்குரல், அவரது ஹார்மோனியம் பெட்டியிலிருந்து எழும் இசை... இவற்றில் தங்களுக்கு எது பிடிக்கும்?

ஹய்யோடா! என் வயசைக் கண்டுபிடிச்சே தீருவதென்று அன்புவட்ட வாசகியர் தீர்மானம் செஞ்சுட்டாங்க போலிருக்கே! ஏ.ஆர். ரஹ்மான், யுவன், ஜி.வி. பிரகாஷ்னு ஏதாவது கேளுங்களேன் புவனா!

எஸ். விஜயலெட்சுமி, மயிலாப்பூர்.

வாசகியரின் படைப்பு இடம் பெறும் மங்கையர் மலரை அன்பிதழாக அனுப்பி வைக்கும்போதே, பங்கேற்புச் சான்றிதழையும் 'பின்' செய்து அனுப்பிவிடலாமே! இரண்டையும் தனித் தனியாக அனுப்பும், தபால் செலவு வீண்தானே?



அனுஷா நடராஜன்

சிக்கன சிகாமணியோட ஐடியா என்னவோ நல்லாதான் இருக்கு. ஆனால், அஞ்சல்துறையின் சிறப்பு அனுமதி வாங்கி பட்டுவாடா செய்வதால், மங்கையர் மலர் புத்தகம் தவிர வேறு எதையாவது சேர்த்து அனுப்பினால், அப்புறம் 'டின்'னு தான்!

ஜெயலக்ஷ்மி விஸ்வநாதன், கோவை - 3.

சமீபத்தில் உங்களைச் சிரிக்க வைத்த நபர் யார்?

வேறு யார்? நம்ப அமெரிக்க அண்ணாச்சி புஷ்தான்! இந்தியர்கள் எல்லாம் சத்தான உணவா சாப்பிட்டுச் சாப்பிட்டே, உலகத்து உணவுப் பொருளோட விலையெல்லாம் ஏறிடுச்சாம். சூப்பரா ஸ்டேட்மெண்ட் விட்டிருக்காரு. சிரிச்சு சிரிச்சு...!





எம். சங்கீதா, விழுப்புரம்.

ஆவி உண்டு என்பதை நம்புகிறீர்களா?

நம்பாமல்...? பின்னே, இட்லி, கொழுக்கட்டை எல்லாம் எப்படி வேகிறதாம்?

கே. ஜெயபிரகாஷ், கும்பகோணம் - 1.

எங்க கும்பகோணத்துக்கு வந்திருக்கீங்களா?

சும்மாவா வந்தேன்? உயிரைக் கையில பிடிச்சுக் கிட்டு ஓடி வந்தேன்! சில, பல வருஷங்களுக்கு முன் மகாமகக் குளத்தில் நம்ப ஜெயலலிதாவும் சசிகலாவும் புனித நீராடினாங்களே..! அன்னிக்கு 'ரிபோர்ட்' செய்ய வந்திருந்தேன். ஆரம்பத்துல அப்படியொன்னும் கூட்டமில்லை. திடீர்னு ஒரு





உண்டா அனுஷா?

ஹெலிகாப்டர் வானத்தில் பறந்து வந்தது. அப்புறம் ஜெயேந்திரர் வந்தார். அவ்வளவுதான்! எங்கிருந்துதான் அப்படியொரு கூட்டமோ? எட்டுத் திசையிலிருந்தும் திமுதிமு என்று வந்து, மக்கள் குவிய, நெரிசல்... தள்ளுமுள்ளு...! யாரோ ஒரு புண்ணியவான் கைபிடித்துத் தூக்கிவிட ஆறு அடி உயர சுவற்றில் ஸ்பைடர்மேன் போல ஏறி, மறுபக்கமாய் குதித்து நல்லவேளை... நான் தப்பித்தேன்... வாசகியர் மாட்டிக் கொண்டார்கள்!

மைதிலி ராகவன், திருச்சி - 2.

அனுஷா, ரசித்த டீ.வி. விளம்பரம் எது?

அந்தச் சிறுமி வர்ணம் தீட்ட உட்கார்ந்தால், ஸ்டைலாக பிரஷ் எடுத்துத் தருகிறது. ஸ்டாம்பு ஒட்டுவதற்கு வாகாக, நாக்கை வெளியே நீட்டு கிறது. அந்தப் பெண் மறந்து விட்டுச் சென்ற பள்ளி யூனிஃபார்ம் டையை எடுத்துக் கொண்டு ஸ்கூல் பஸ் ஸின் பின்னால் ஓட்டமாய் ஓடுகிறது. 'கஸ்டமர் சப்போர்ட் அண்ட் கேர்' பற்றிய வோடஃபோன் விளம்பரம் அது! நடித் திருப்பது வோடஃபோனின் புகழ்பெற்ற நட்சத்திர நாய் 'பக்'! சிம்பிளான, சென்ஸிபிளான கற்பனை!

எஸ். கார்த்திகேயன், ஸ்ரீபெரும்புதூர்.

கோடை விடுமுறைக்குச் செல்ல எந்த ஊர் 'தி பெஸ்ட்?'

அது சின்னக் கிராமம்தான்! ஊர் நடுவே தாமரைக் குளம் இருக்கும். புறாக்கள் பறக்கும் கோயில் இருக்கும். ஊஞ்சலாட ஆலமர விழுதுகள் இருக்கும். ஃபைட்ஸ் வண்டி மெள்ள ஊர்ந்து போக, தண்டவாளம் இருக்கும். ஒளிந்து விளையாட குச்சிக்கிழங்கு, கரும்புத் தோட்டங்கள் இருக்கும். ரோஸ் கலரில் ஜவ்வு மிட்டாய், பல்ப மிட்டாய், மாங்காய் பத்தை விற்கும் கயிற்றுக் கட்டில் கடைகள் இருக்கும். அது... அவங்கவங்க தாத்தா - பாட்டி ஊர்தான்!

வே. பிரேமா நரசிம்மன், சென்னை - 33.

அந்தக் காலத்து பானுமதி, சாவித்திரி, பத்மினி, கே.ஆர். விஜயா போல இந்தக் காலத்து நடிகைகளுக்கு நடிக்க வரவில்லையே?

'அன்னை', 'கைகொடுத்த தெய்வம்', 'வியட்நாம் வீடு', 'கற்பகம்' போன்ற நடிக்க ஸ்கோப் உள்ள கதாபாத்திரங்களை முதல்ல கொண்டு வாங்க...! அப்புறம் குத்தம் குறை சொல்லலாம்!

ராஜி குருசுவாமி, ஆதம்பாக்கம்.

அனுஷா, உங்க மம்மிக்கு நீங்க 'மதர்ஸ்டே' அன்றைக்கு எப்படி வாழ்த்துத் தெரிவிச்சீங்க? உங்க குட்டீஸ் என்ன செஞ்சாங்க?

அனுஷா : ''ஹலோ அம்மா.. ஹாப்பி மதர்ஸ்டே...!''

அம்மா : ''தாங்க்யூ...! டிவில அரட்டை அரங்கம் பார்த்துக்கிட்டிருக்கேன். அப்புறமா பேசு!''

அனுஷா : ''ஹலோ கண்ணா! எப்படி இருக்க செல்லம்? இன்னிக்கு மதர்ஸ்டேடா! மறந்துட்டியா?

மகன் : ''அம்மா... நான் ரோமிங்ல இருக்கேன். அப்புறமா பேசு!''

என். யமுனா, திருப்பட்டூர்.

நிறைய குறிப்புகளில் வாசகிகள் நாட்டுச் சர்க்கரை என்று குறிப்பிட்டுள்ளனர். நாட்டுச் சர்க்கரை என்றால் என்ன? நாட்டுச் சர்க்கரைக்கும் சாதாரண சர்க்கரைக்கும் என்ன வித்தியாசம் என்பதைக் குறிப்பிடுங்கள்...?

சர்க்கரை, நாட்டுச் சர்க்கரை இரண்டுமே கரும்புச் சாறிலிருந்து எடுக்கப்படுவதுதான்! ஜீனி எனப்படும் வெள்ளை சர்க்கரை - ப்ளீச் செய்யப்பட்டது. நாட்டுச் சர்க்கரை ப்ளீச் செய்யப்படாமல் ப்ரவுன் நிறத்தில் இருக்கும். இவை தவிர, பனங்கற்கண்டு என்றும் ஒன்று உண்டு. அது பனம்பழத்துச் சாறிலிருந்து தயாரிக்கப்படுவது... சர்க்கரை - அதமம், நாட்டுச் சர்க்கரை - மத்தியம், பனங்கற்கண்டு - உத்தமம்!

தாங்க்ஸ் ஃபார் தி ஸ்வீட் கேள்வி!



50

கடவுளுக்கு காணிக்கை செலுத்த நினைக்கும் அன்பர்கள் அந்தந்த நாட்களில் [முடியாவிட்டால் அதற்கு முன்வரும் விடுமுறை நாளில்] நாம் இஷ்டப்பட்ட சன்னதிக்கு முன் விளக்குகள் வைத்த இடம், சுற்றுப்புறம் இவற்றைச் சுத்தம் செய்யலாமே. அன்பு மட்டும் கடவுள் அல்ல, தூய்மையும்தான்.

- மீனா ஜே. நாதன்,

திருச்சி - 2.



BHARATH COLLEGE OF SCIENCE AND MANAGEMENT

(Affiliated to Bharathidasan University)

Near New Bus Stand, Trichy Road, **THANJAVUR - 5**

Ph: 04362 - 654481,654482,227937, 228081.

UG &PG Programmes

B.Sc., & M.Sc Hotel Mgt. & Cat. Science
B.Sc., & M.Sc Fashion Tech. & Costume Design
B.Sc., & M.Sc Visual Communication
B.Sc., & M.Sc Bio Technology
B.Sc ,. & M.Sc Nutrition & Dietetics
B.Sc., & M.Sc Computer Applications
B.Sc., & M.Sc Information Technology
B.C.A & M.Sc Computer Science
B.Sc., & M.Sc Mathematics
B.Com & M.Com Commerce
B.B.A & M.B.A Business Administration (AICTE APPROVED)
B.Lit & M.A Tamil
B.Sc Chemistry ,**B.Sc** Physics ,
M.Sc Bio Informatics **M.Sc** Electronic Media

DIPLOMA PROGRAMME

D.F.T. Diploma in Fashion Tech.

P.G. DIPLOMA PROGRAMME

P.G.D.A.F.T- P.G. Diploma in appral Fashion Tech.
P.G.D.C.H.M-P.G.Diploma in Catering & Hotel Mgt.
P.G.D.B.I - P.G. Diploma in Bio Informatics.
P.G.D.B.A -P.G. Diploma in Business Administration

Prospectus and application Forms :

	IN PERSON	BY POST
UG	60	80
PG	100	125
MBA	250	300

D.D drawn in favour of "BHARATH COLLEGE OF SCIENCE AND MANAGEMENT" Payable at THANJAVUR.

SPOT ADMISSION !! GOVT. SCHLORSHIP

CAMPUS INTERVIEW, 100% TRAINING AND PLACEMENT

Prof.N. GANESAN, M.Com., M.Phil., (Ph.D.,)
FOUNDER

Mrs.PUNITHA GANESAN,B.Sc.,M.A
Secretary

A PLACE TO LEARN FOR BETTER PLACEMENT

மகான் ஸ்ரீ காரைச் சித்தரின் அருளாசியுடன்...

மூலிகை மருந்தின் மூலம் ஆரோக்கியமாக வாழுங்கள்!



எங்கள் சிகிச்சைகளின் மூலம்:- உடல் எடையை மூலிகை மருந்து, உணவு மற்றும் வயிறு குறைய வேப்பம், தைராய்டு, மாதவிடாய் கோளாறு குழந்தையின்மை அனைத்திற்கும் 100% உத்திரவாரம் கொடுத்து ட்ரீட்மெண்ட் எடுக்கப்படும்.

மூட்டுவலி அனைத்து வலிக்கும் நிவாரணம் உண்டு.

சோரியாஸிஸ், அனைத்து வகை தோல் நோய்கள், மூலிகை மருந்து மூலம் குணம் அளிக்கப்படும்.

சர்க்கரை நோயை கட்டுப்படுத்த மூலிகை மருந்து, மூலிகை உணவு, முளைக்கட்டிய கேழ்வரகு கொடுத்து சரி செய்கிறோம். டயாலிஸஸ் செய்யாமல் யூரியா, கிரியேட்டினை குறைத்து ஹீமோ குளோபினை அதிகரிக்க செய்கிறோம்.

தாய்மார்கள், மனைவிமார்கள், வருத்தம் அடையக்கூடிய கணவரின் குடிபழக்கத்தை நிறுத்த - மூலிகை மருந்து, கவுன்சிலிங் தரப்படும்.

டாக்டர் ஆர். பானுமதி (சித்தா ஆயுர்வேதம்)
ஸன்ரைஸ் ஹெர்பல் கிளினிக்

H.O: 10, மன்னார் தெரு, தி.நகர், (பஸ் ஸ்டாண்ட் எதிரில்), சென்னை - 17. போன்: 6534 1646
செல்: 92824 27772, 94443 38713

B.O: ஆர்.பி. காம்ப்ளக்ஸ், 5வது தெரு, ராஜீவ் நகர், கவுண்டர்பாளையம், கோயம்புத்தூர். செல்: 999432 7016

ரோஸ்லினா ஹெர்பல் முகம் பேக்
முகப் பருக்கள், கரும்புள்ளிகள், தேமல், கருவளையம், டென்ஷன் அறவே நீங்க

ஹெர்போ ஆயில், ஹெர்பல் டை.
முடி வளர, பொடுகு போக, தலை அரிப்பு, பேன் தொல்லை இளநரை தவிர்க்க

Dr. பானுமதியின்
- காரை சித்தரின் கைவைப்பு
- உச்சி முதல் பாதம் வரை
- 108 கிட்டிகா வைத்தியம் புத்தகங்களுக்கு அணுகவும்



தமிழகத்தின் அனைத்து ஊராட்சித் தலைவர்களும் ஓடந்துறை ஊராட்சிக்குச் சென்று பார்வையிட்டு வரும்படி, அரசாணை ஒன்று உத்திரவிடுகிறது என்றால், அது எப்படிப்பட்ட நல்லாட்சியைச் செயல் படுத்தியிருக்க வேண்டும்? இதோ ஓர் ஆச்சரிய கிராமம்!



லிங்கம்மா சபதம்!

"ஒவ்வொரு குழந்தைக்கும் தரமான கல்வி. அதுவே, எனது வாழ்நாள் சபதம்" எனக் கூறுகிறார் ஓடந்துறை கிராமப் பஞ்சாயத்துத் தலைவி எஸ். லிங்கம்மாள். வயது நாற்பது. ப்ளஸ் டூ வகுப்பு தேர்ச்சி பெற்றிருக்கிறார். கல்லூரிப் படிப்பைத் தன்னால் தொடர முடியவில்லையே என்கிற ஏக்கம், அவரது விழிகளில் தேங்கி நிற்கிறது.

கோவை மாவட்டம், மேட்டுப்பாளையம் அருகே ஓடந்துறை கிராமப் பஞ்சாயத்து. அதன் குக்கிராமப் பகுதிகளை சுற்றி பாய்ந்தோடி வரும் பவானி ஆறு அரவணைத்துச் செல்கிறது. அதனால், எங்கு பார்த்தாலும் வாழை, தென்னை, பாக்கு மரங்களென பசுமை கோலோச்சி உள்ளது. அந்தப் பச்சை வண்ணப் பட்டில் பதிக்கப்பட்ட மாணிக்கங்களாக ஒளி வீசி வருகின்றன, ஓடந்துறை கிராமப் பஞ்சாயத்து பெற்றிருக்

கும் விருதுகள்.

கடந்த காலங்களில், தமிழக அரசினால் 'சிறந்த ஊராட்சி' விருதும் ஒரு லட்ச ரூபாய் ரொக்கப் பரிசும், கிராம சேவா ரத்னா விருது. தமிழ்நாடு பத்திரிகையாளர் சங்கத்தின் 'கிராமப் பஞ்சாயத்து ஜாம்பவான்' விருது, 2006ல் மத்திய அரசின் நிர்மல் புரஷ்கார் விருது, இரண்டு லட்ச ரூபாய் ரொக்கப் பரிசு, 2007ல் தமிழக அரசின் உத்தமர் காந்தி விருது, ஐந்து லட்ச ரூபாய் ரொக்கப் பரிசு, உலக வங்கிப் பிரதிநிதிகள், கிராமத்துக்கு வந்திருந்து ஆய்வு செய்து அளித்திருக்கும் சான்றிதழ்... இதுபோன்ற பல விருதுகளும், பல ரொக்கப் பரிசுகளும் தொடர்ந்து பெற்று, இந்தியாவின் 'நெம்பர் ஒன்' கிராமப் பஞ்சாயத்தாக விளங்கி வருகிறது ஒடந்துறை.



பதினொரு குக்கிராமங்களைக் கொண்டது ஒடந்துறை கிராமப் பஞ்சாயத்து. அதன் மொத்த மக்கள் தொகை ஆறாயிரத்து ஐந்நூறு.

தற்போது ஒரு உயர்நிலைப் பள்ளி, மூன்று இடங்களில் தொடக்கப் பள்ளிகள் என மொத்தம் நான்கு பள்ளிகள் ஒடந்துறை பஞ்சாயத்துக்கு உட்பட்டு இயங்கி வருகின்றன. கட்டடங்கள் பலவும் பஞ்சாயத்து நிதியிலிருந்தே கட்டி முடிக்கப்பட்டுள்ளன. ஏது நிதி? என்கிற கேள்வி எழலாம்.

1996ல் லிங்கம்மாளின் கணவர் சண்முகம், பஞ்சாயத்துத் தலைவராகப் பதவியேற்ற போது ஊராட்சியின் மொத்த வருவாய் இருபதாயிரம் ரூபாய் மட்டுமே. முழு அளவில் வரி வசூல் செய்து அதனையே ஐந்து லட்ச ரூபாயாக உயர்த்தியுள்ளார் ஒடந்துறையின் தற்போதைய பஞ்சாயத்துத் தலைவி எஸ். லிங்கம்மாள்!

ராஜீவ்காந்தி தேசிய மக்கள் பங்களிப்பு குடிநீர்த் திட்டம், 2000-ல் இந்தியா விலேயே முதன் முதலாக ஒடந்துறையில்தான் துவக்கி வைக்கப்பட்டது. ஊராட்சி வரு வாய் ஈட்டுவதிலும், குடிநீர் விநியோகத்திலும், கல்வி தருவதிலும், தெரு விளக்குகள் எரிவதிலும் நூறு சதவிகித தன்னிறைவு பெற்றுள்ளது ஒடந்துறை கிராமப் பஞ்சாயத்து. ஊராட்சிக்குத் தேவையான மின்சாரத்தை, பவானி ஆற்றில் காற்றாலை வைத்து உற்பத்தி செய்து கொள் ளப்படுகிறது. ஆண்டுக்கு நாலரை லட்சம் யூனிட் மின் உற்பத்தி செய்யப் படுகிறது. சுயதேவை போக மீதி மூணரை லட்சம் யூனிட் மின் வாரியத் துக்கு வழங்கப்படுகிறது. வறுமைக் கோட்டுக்குக் கீழ் வாழும் மக்களுக்கு, குறிப்பாக பெண்களுக்கு 'சிறு கடன் திட்டம்' வாயிலாக கடனுதவி செய்கிறது ஊராட்சி நிர்வாகம்.



"நான் அடிப்படையில் பெயின் டருங்க. விளம்பர போர்டு நல்லா எழுதுவேன். இப்ப டிஜிட்டல் பேனர் வந்துட்டதால, என் வருமானம் குறைஞ்சு போச்சு. எனக்கு இரண்டு பசங்க. ஒருத்தன் ஏழாம் வகுப்பு; அடுத்தவன் நாலாம் வகுப்பு படிக்கிறான். வீட்டுல கஷ்டமா இருக்கவும், போன வருஷம் பையன்களை ஸ்கூலுக்கு அனுப்பலைங்க. பள்ளிக்கூடத்துல விவரம் கேட்டுட்டு, எங்க வூட்டுக்கே வந்துட்டாங்க பஞ்சாயத்துத் தலைவியம்மா! படிப்புச் செலவு, நோட்டுப் புத்தகத்துக்கு எல்லாம் நீங்க எதுவும் செலவு செய்ய வேணாம்னு சொல்லிட்டு, அன்னிக்கே பையன்களை ஸ்கூலுக்குக் கூட்டிட்டுப் போய்ட்டாங்க!" என்கிறார் உப்புப்பள்ளம் எனும் குக்கிராமத் தில் வசித்து வரும் பெயின்டர் ரங்கராஜன்.

"என் பேரு துளசி. வயசு எழுபத்தஞ்சு ஆவுது. நா அப்பல்லாம் திண்ணைப் பள்ளிக்கூடத்துலதான் படிச்சேனுங்க. என் மவனை அஞ்சாவது வரைக்கும் படிக்க வைச்சேன். இப்ப என்னோட மகன்



"என் கணவர் சண்முகம் பத்து ஆண்டுகள் ஊராட்சித் தலைவராக செயல்பட்டிருக் கிறார். அப்போதே அவர் அருகில் இருந்து, ஊராட்சிப் பணிகளைக் கவனித்து வந்துள்ளேன். 2006ல் பெண்களுக்கான ஒதுக்கீட்டில், ஊராட்சித் தேர்தலில் நான் போட்டியிட் டேன். என் கணவர் செய்திருந்த பணிகள் மற்றும் என் மீது கிராம மக்கள் வைத் திருந்த நம்பிக்கையின் காரணமாக அமோக வெற்றி பெற்றேன் நான். முன் அனுபவங் கள் மூலமாக நானே சுயமாகச் செயல் படுகிறேன். கிராமத்தில் ஒவ்வொரு வீட் டிலும் தங்கள் வீட்டுப் பெண்ணாகவே என்னிடம் பரிவு காட்டி வருகின்றனர். எங்களுக்குள் எவ்வித வேறுபாடும் இல்லை.

பூர்விகமான விவசாயக் குடும்பம் எங்களுடையது. ஒரு மகன் பி.ஈ. முடித்து விட்டு, கம்பெனி ஒன்றில் வேலை பார்க் கிறான். ஒரு மகள் ப்ளஸ் டூ தேர்ச்சி பெற்றிருக்கிறாள். எங்கள் வீட்டுப் பிள்ளைகள் படித்து நல்ல நிலைக்கு வருவது போலவே, எங்கள் கிராமத்தின் எல்லா வீட்டுப் பிள்ளைகளும் கல்வி கற்று நல்ல நிலைக்கு உயர்வடைய வேண்டு மென்பதே எனது குறிக்கோள். அதற் காகவே எனது ஊராட்சியில் கல்விப் பணி மீது அதிக கவனம் செலுத்துகிறேன்.

காலையில் பஞ்சாயத்து அலுவலகம். மாலையில் கிராமப்புற பகுதிகள் என வேலைகளைப் பிரித்துக் கொள்கிறேன். 2008 பிப்ரவரி மாதத்தில் தமிழக அரசு வெளியிட்டுள்ள அரசாணையில், தமிழகத்

வயிற்றுப் பேத்தி ரம்யா, ஊமப்பாளையம் தொடக்கப் பள்ளியில மூணாவது படிக்குதுங்கோ. அந்தப் பொம்பளைப் புள்ளைய கட்டாயம் எப்பிடியாவது காலேஜு வரைக்கும் படிக்க வைச்சுடுப்பான்னு என்னோட மகன்கிட்டே சொல்லியிருக்கேனுங்க!'' எனச் சொல்கிறார் ஆதிவாசி காலனியில் வசித்து வரும் துளசி.

''என் புருசனுக்கு பழ வியாபாரம். வீட்டில நானு ஒயர் கூடை பின்னுறேன். எங்களுக்கு இரண்டு பொண்ணுங்க. மேட்டுப்பாளையத்துக்கு இங்கிலீஷ் மீடியம் ஸ்கூலுக்கு அனுப்பலாம்னு நெனைச்சிருந்தோம். எங்க பிரசிடெண்ட்டம்மா வந்து, நம்ப ஊர்ல அரசுப் பள்ளியில தரமான கல்வி தர்றாங்க. இங்ஙனயே உயர்நிலைப் பள்ளி வரும்போது, அதுகளுக்கு கம்ப்யூட்டர் கல்வியும் கத்துத் தர்றாங்கன்னு சொன்னாங்க. இப்ப ரெண்டு பொண்ணுங்களும் ஊமப்பாளையம் அரசுப் பள்ளியில தான் படிக்குதுங்கோ!'' என்கிறார் விஜயா.



தின் அனைத்து மாவட்டங்களைச் சேர்ந்த ஊராட்சித் தலைவர்களும், ஒடந்துறை ஊராட்சிக்குச் சென்று அங்கு செயல்படுத்தப்படும் திட்டங்களைப் பார்வையிட்டு, தங்கள் ஊராட்சியிலும் நடைமுறைப்படுத்தும்படி உத்தரவிடப்பட்டுள்ளது. அதன் பின்னர் இதுவரை சுமார் 600 பஞ்சாயத்துத் தலைவர் மற்றும் பஞ்சாயத்துத் தலைவிகள் ஒடந்துறை பஞ்சாயத்துக்கு வந்து பார்வையிட்டுச் சென்றுள்ளனர்!'' என்று பெருமையுடன் கூறுகிறார் எஸ். லிங்கம்மாள்.

கட்டுரை, படங்கள் :
ஸ்ரீரங்கம் திருநாவுக்கரசு

வெற்றிகரமான
22 – ஆம் ஆண்டில்...

ஏராளமான ஓவிய ஆசிரியர்களை
உருவாக்கிய ஒப்பற்றக் கலைக்கூடம்.

அஜந்தாவின்
அர்ப்பணிப்பில் உங்களையும் இணைத்து கொள்ளுங்கள்...



வீட்டில் இருந்த படியே
தபால் மூலம் படிக்கலாம்.

கல்வித் தகுதி - SSLC, +2

- ஆண்கள், பெண்கள் தனித்தனி வகுப்புகள்.
- நேர்முகப் பயிற்சியும் உண்டு.

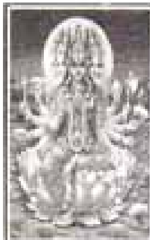


உங்கள் முகவரியை ஒரு தபால் கார்டில்
எழுதி அனுப்புங்கள். அல்லது
தொலைபேசியில் தெரிவியுங்கள்.
இலவச விவரப்புத்தகம்

உங்கள் இல்லம் தேடி வரும்...

AJANTHA
SCHOOL OF ARTS

(Govt. Regd.)
6, MUTHU NAGAR, POONAMALLEE
CHENNAI - 600 056.



ஸ்ரீ அவ்வை ஹோம்

(ஆதரவற்ற அன்னையருக்கு புகலிடம் அளிக்கும் ஓர் அன்பாலயம்)

36, மாணிக்கவாசகர் சாலை, சேக்கிழார் நகர், குன்றத்தூர்
சென்னை-600 069. போன்: 044-3200 4200



வருடத்தில் ஒரு நாள் உணவு வழங்கி உதவலாம்!



பேரன்புடையீர் வணக்கம்! வேதமாதா காயத்ரி தேவியின் பேரருளாலும் அவ்வையாரின் திருவருளாலும் சமுதாயத்தினரால் நிராகரிக்கப்பட்ட பெண் முதியோர்களுக்கு அடைக்கலம் அளித்து அவர்களுடைய நலனுக்காகவே அர்ப்பணிக்கப்பட்டுள்ளது ஸ்ரீ அவ்வை ஹோம். ஆதரவின்றித் தவிக்கும் வயதான அன்னையர்களுக்கு உணவு, உடை, இருப்பிடம், மருத்துவ வசதி மற்றும் அனைத்து தேவைகளையும் இலவசமாகப் பூர்த்தி செய்து, தினசரி இறைவழிபாடு, தியானம், கூட்டு பிரார்த்தனை செய்து பராமரித்து வருகிறோம். அன்னையர்களின் இந்த கூட்டுப் பிரார்த்தனையால் தங்களின் கோரிக்கைகள் நிறைவேறும். ஆதரவற்ற அன்னையரின் வாழ்வில் மகிழ்ச்சி, மலர்ச்சி, வாழ்க்கையில் பிடிப்பு ஆகியன ஏற்படுத்தித் தர உங்கள் அன்பளிப்புகளையும் நன்கொடைகளையும் பொருளாகவோ, தொகையாகவோ அனுப்பி உதவுங்கள். வயதான அன்னையருக்கு தாங்கள் செய்யும் சிறு உதவியும் நம்மை பெற்று சீராட்டி வளர்த்த அன்னையரின் உள்ளத்தை குளிரச் செய்வதற்கு இணையாகும்.

ஒரு நாள் காலை உணவுக்கு ரூ.400/- அனுப்பும் அன்பர்களுக்கு துளசி மாலை அனுப்பி வைக்கப்படும்

ஒரு நாள் மதிய உணவுக்கு ரூ.450/- அனுப்பும் அன்பர்களுக்கு ருத்ராட்ச மாலை அனுப்பி வைக்கப்படும்

ஒரு நாள் இரவு உணவுக்கு ரூ.350/- அனுப்பும் அன்பர்களுக்கு நவரத்தின மாலை ஒன்று அனுப்பி வைக்கப்படும்

ஒரு நாள் உணவுக்கு ரூ.1100/- அனுப்பும் அன்பர்களுக்கு ஸ்படிக மாலை அனுப்பி வைக்கப்படும்

10 நாட்கள் உணவுக்கு ரூ.11,000/- அனுப்பும் அன்பர்களுக்கு பவள மாலை ஒன்று அனுப்பி வைக்கப்படும்

அன்னையர் ஒருவருக்கு ஒரு வருட மருத்துவச் செலவு ரூ.1300/- அனுப்பும் அன்பர்களுக்கு சந்தன மாலை அனுப்பி வைக்கப்படும்

காப்பகத்தின் ஒரு மாத பராமரிப்பு செலவுக்கு ரூ.4,000/- அனுப்பும் அன்பர்களுக்கு முத்துமணி மாலை அனுப்பி வைக்கப்படும்

ங்களின் திருமண நாள், பிறந்த நாள், தொழில் தொடங்கிய நாட்கள், முன்னோர்களின் நினைவு நாட்கள், பண்டிகை நாட்கள், அமாவாசை ற்றும் பௌர்ணமி, கிருத்திகையில் வயதான அன்னையர்களுக்கு தாங்கள் அளிக்கும் நன்கொடை எதுவாயினும் அன்புடன் ஏற்றுக் கொள்ளப்படும்.

ஒவ்வொரு மாதமும் பௌர்ணமி அன்று ஸ்ரீஅவ்வை ஹோமில் அஷ்ட ஐஸ்வர்யங்களை அள்ளித்தரும் காயத்ரி ஹோமம் நடைபெறுகிறது. இதில் பங்கு பெற சங்கல்ப கட்டணம் ரூ.300/-



ாயத்ரி என்பதன் பொருள் தன்னை துதிப்பவனை, ஜபிப்பவனை காப்பாற்றுவது என்பது பொருள். ாயத்ரி வழிபாடு நமக்கு நீண்ட ஆயுள், புகழ், செல்வம் மற்றும் புத்திர பாக்கியத்தை அளிக்கிறது. ாயத்ரி மூல மந்திரம் பாவங்களை அழித்து, புண்ணியத்தை வளர்ப்பதற்கு தோன்றிய மந்திரமாகும். நோய் நொடிகளை தவிடுபொடியாக்கும் சக்தி இதற்கு உண்டு. குடும்ப பிரச்னைகள், தோஷங்கள், வியாபார தடைகளை போக்கும் சக்தியும் இதற்கு உண்டு. இந்த காயத்ரி ஹோமத்தில் பங்கு பெற சங்கல்ப கட்டணமாக ரூ.300/- அனுப்பும் அன்பர்கள் தங்களுடைய பிரார்த்தனைகளையும், கோத்ரம், ராசி, நட்சத்திரத்தையும் தெளிவாக எழுதி அனுப்பினால், தங்களுடைய பிரார்த்தனைகளுக்கு ஏற்ப தனித் தனியாக சங்கல்பம் செய்து, ஹோம பிரசாதத்துடன் ஸ்ரீகாயத்ரி யந்திரம், ஸ்ரீ காயத்ரி மகா மந்திரம், மகா மிருத்யுஞ்சய மந்திரம் மற்றும் ஜெப மாலா அடங்கிய சிடியும், காயத்ரி வண்ணப்படமும், காயத்ரி தேவி ரக்ஷை மற்றும் ஹோம பஸ்பமும் அனுப்பி வைக்கப்படும். காயத்ரிதேவியின் மகா மந்திரம் அனைத்து இல்லங்களிலும் ஒலித்து ஐஸ்வர்யம் பெற வேண்டும் என்பதே எங்கள் நோக்கம்.

வயதான அன்னையரை பாதுகாக்கவும் ஸ்ரீகாயத்ரி ஹோமத்தில் பங்கு பெறவும் தங்கள் நன்கொடையை மேற்கண்ட முகவரிக்கு Cheque/DD/MO மூலமாக **SRI AVVAI HOME, CHENNAI** என்ற பெயருக்கு அனுப்பி காயத்ரி தேவியின் திருவருளால் பூரண ஆயுளும் ஆரோக்கியமும் பெற்று, துன்பங்கள் நீங்கி, புகழ் மிகுந்த வாழ்க்கை பெற அன்புடன் வேண்டுகிறோம்.

நன்கொடைகளுக்கு 80G பிரிவின் படி வரி விலக்கு உண்டு

ருசியோ ருசி

6

நாஞ்சில் நாட்டுச் சமையல்



இந்த மாதம் பனை ஸ்பெஷல்...
ஜில்லுன்னு ஜோரா...
ஜிக்குன்னு கூலா...

- பனை நுங்கு குளிர்ச்சியானது. உடல் உஷ்ணத்தைக் குறைத்து கண் பார்வையை அதிகரிக்கும்.
- பனம் பழம் சூடானது. அதனால் பனம் பழத்தைப் பக்குவப்படுத்திதான் சாப்பிட வேண்டும். நெருப்பில் சுட்டு, வெல்லம் சேர்த்து சாப்பிடுதல் நன்மை தரும்.
- நுங்கு நீரில் நிறைய சுண்ணாம்புச் சத்து உள்ளது. இதை உடலில் தேய்த்துக் குளித்தால் வியர்க்குரு, அம்மைப்புண், உடல் அரிப்பு போன்றவை குணமாகும்.
- பதநீர் குளிர்ச்சிதரும். சிறுநீர் நன்றாகப் பிரியும். இதிலும் அதிக சுண்ணாம்பு சத்து உள்ளதால், சிறுநீரகக் கற்கள் உள்ளவர்கள் தவிர்க்க வேண்டும்.

நளபாகச் சக்ரவர்த்தி ஜேக்கப்

பனம்பழ தயிர் சாதம்!

விமலா அருணி



மதுரையைச் சேர்ந்த இவர், சமையல்கலையில் கைதேர்ந்த பெண்மணி. இவர் சமைத்தால் எட்டு ஊர் மணக்கும். இவருடைய கைமணத்தில் பனம்பழ தயிர்சாதம் மிகப் பிரபலம். ஏதாவது புதிதாகச் சமைக்கணும் என்றால் இவர் கொடுக்கும் ஐடியாக்கள் ஏராளம். இந்தப் பனம்பழ தயிர்சாதம் செய்து சாப்பிட்டுப் பாருங்கள்; அடுத்த நிமிடம் உடலில் குளிர்ச்சி பரவும்!

இளவேனில் வில்சன் கைதேர்ந்த மகப்பேறு மருத்துவர். மதுரையைச் சேர்ந்த இவர் வசிப்பது சென்னை. என்றாலும்,



சொந்த ஊர் சமையல் பாரம்பரியத்தை தன் வீட்டில் செய்து அசத்துபவர். இவரை என்னுடைய நாஞ்சில் நாட்டு உணவு ஆராய்ச்சியின் போது





தேவையான பொருள்கள் :

பனம்பழம் - 1 கப் (நறுக்கியது),
சாதம் - 2 கப்,
தயிர் - 1 கப்,
உப்பு
தேவைக்கேற்ப,
இஞ்சி - சிறிதளவு
(நறுக்கியது),
மிளகாய்த் தூள் -
½ டீஸ்பூன்,
எண்ணெய் - ½ டீஸ்பூன்,
கடுகு - சிறிதளவு,
கறிவேப்பிலை - 1 கொத்து,
பச்சை மிளகாய் - சிறிதளவு
(நறுக்கியது)



செய்முறை :

★ பனம்பழத்தைச் சுத்தம் செய்து பொடியாக நறுக்கிக் கொள்ளவும்.

★ பாத்திரத்தில் வடி கட்டிய சாதத்தைப் போட்டு நன்றாக மசித்துக் கொள்ளவும்.

★ இத்துடன் தயிர், பொடியாக நறுக்கிய இஞ்சி, பச்சை மிளகாய், உப்பு, சிறிதளவு மிளகாய்த்தூள் சேர்த்து கலக்கிக் கொள்ளவும்.

★ இத்துடன் நறுக்கிய பனம் பழத்தைச் சேர்த்து கலந்து கொள்ளவும்.

★ இதில் கடுகு, கறிவேப்பிலை சேர்த்து தாளித்துக் கொட்டி, கலக்கி பின்னர் பரிமாறவும்.

பனம்பழ கீர்!



ரியல் எஸ்டேட் வரலாற்றிலேயே எப்போதும் கண்டிராத சலுகை!



லான்கரின் அபோட் வேலி இப்போது பொத்தேரியில்!

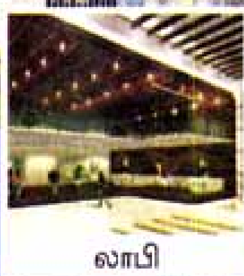
உங்களின் கனவு இல்லம் மிக அழகாய் திட்டமிடப்பட்டு மிக அருமையாய் வடிவமைக்கப்பட்டுள்ளது.

இடம்: ஜி.எஸ்.டி ரோடு, பொத்தேரி. (SRM யூனிவர்சிட்டி அருகில்) மாசும், இரைச்சலும் இல்லாத அருமையான சுற்றுச்சூழல்.

விலை: இடத்தைப் பார்த்துவிட்டு விலையை ஒப்பிடவும்.

கட்டிடம் முடிக்கும் நாள்: பிப்ரவரி 2010


உடற்பயிற்சி கூடம்


லாபி


டேபிள் டென்னிஸ்

Preferred Financier

விலை ஏறும் வாய்ப்புள்ளதால்

முதல் பகுதி முழுவதும் வெற்றிகரமாக விற்பனை ஆகிவிட்டது.

இரண்டாவது பகுதி விரைந்து விற்பனையாகிக் கொண்டிருக்கிறது....

உங்கள் வீட்டின் மொத்த மதிப்பு

ரூ. 30,37,500/-

சர்வீஸ் டாக்ஸ்	கார் பார்க்கிங்	கிளப் மெம்பர்ஷிப்	TNEB மற்றும் இதர டெபாஸிட்டுகள்	ரிஜிஸ்ட்ரேஷன் சார்ஜ்
இலவசம்	இலவசம்	இலவசம்	இலவசம்	இலவசம்


பில்லியர்ட்ஸ்


மினி தியேட்டர்


கம்யூனிட்டி ஹால்

Abode Valley

தொடர்புக்கு: 98840 54107, 98840 72936, 98840 72616 & 98840 55534
பதிவு அலுவலகம்: 044 2834 5880,

திருமதி ஈடித், விருதுநகரில் வசிக்கும் குடும்பப் பெண் மணி. இவருடைய தாய்



நுங்கு தோசை!



மிகவும் ருசியாகச் சமைப்பார்! புலிக்குப் பிறந்தது பூனையாகுமா? இவரும் மணக்க மணக்கச் சமைப்பவர். இந்த நுங்கு தோசை, இவருடைய தாய் சொல்லிக் கொடுத்த ரெஸிபி என்றார். ருசியாக இருக்கவே, இதோ உங் களுக்காக!

தேவையான பொருள்கள் :

நுங்கு - 2 கப்,
வெல்லம் - ½ கிலோ,
மைதா - ¼ கப்,
அரிசி மாவு - ½ கப்,
நெய் - 150 மில்லி,
முந்திரி - 50 கிராம்,
திராட்சை - 25 கிராம்.

சந்தித்தேன். கேட்டு பெற்றேன் இந்த பனம்பழ கீர் ரெஸிபியை! இந்தப் பனம்பழ கீர்



ஐஸ்கிரீம்களை எல்லாம் தூக்கிச் சாப்பிட்டு விடும் ருசி கொண்டது. செஞ்சு பாருங்க!



தேவையான பொருள்கள் :

பனம்பழம் - 1 கப்,
பால் - 2 கப்,
பச்சரிசி - ¼ கப்,
ஏலக்காய் - 5,
சர்க்கரை - ¼ கிலோ,
நெய் - 1 டேபிள் ஸ்பூன்,
முந்திரி - 50 கிராம்

இளவேனில் வில்சன்



செய்முறை :

★ ஒரு பாத்திரத்தில் நுங்கைப் போட்டு அதை நன்றாகப் பிசைந்து கொள்ளவும்.

★ வெல்லத்தைப் பாகாகக் காய்ச்சவும். இத்துடன் 'திக்' ஆன வெல்லப் பாகு, அரிசி மாவு, மைதா சேர்த்து நன்றாகப் பிசைந்து கொள்ளவும்.

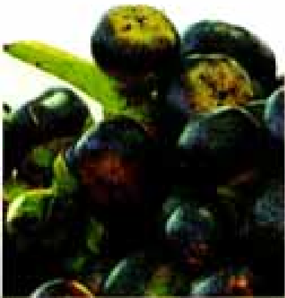
★ இத்துடன் நெய்யில் பொரித்த முந்திரி, திராட்சை சேர்த்து கலக்கிக் கொள்ளவும்.

★ தோசைக் கல்லைக் காயவிடவும். நுங்கும், வெல்லப்பாகும் சேர்த்த மாவை, சிறிய ஊத்தப்பம் போல் போட்டு வேகவைத்து பொன்னிற மானதும் பின்னர் பரிமாறவும்.

செய்முறை :

★ பனம்பழத்தைப் பொடியாக நறுக்கிக் கொள்ளவும்.

★ கெட்டியான பாலுடன் அரிசியைச் சேர்த்து நன்றாக வேகவைக்கவும். வெந்ததும், கரண்டியாலோ, மத்தினாலோ குழைய மசிக்கவும்.



★ சாதம் நன்றாக மசிந்தவுடன், அத்துடன் நறுக்கிய பனம் பழத்தைச் சேர்க்கவும்.

★ பின்வர் சர்க்கரை, ஏலக்காய்த் தூள் சேர்த்துக் கொதிக்கவிடவும்.



★ இறுதியாக, நெய்யில் வறுத்த முந்திரி சேர்த்துப் பரிமாறவும்.



பதநீர் தோசை!

பாமா தேவசகாயம் மதுரை மாவட்டத்தை ஒட்டியுள்ள கல்லகுறிச்சியைச் சேர்ந்தவர். பதநீர் அதிகமாகக் கிடைக்கும் கிராமம். ஆகையால், பதநீரில் செய்த ரெஸிபிகள் இங்கு மிகவும் பிரபலம். இந்தப் பதநீர் தோசை மிகவும் ருசியாகவும், அடிநாக்கில் நீர்சுரக்க வைப்பதாகவும் இருக்கும்! ட்ரை பண்ணுங்க!





தேவையான பொருள்கள்
பதநீர் - 2 கப்,
கெட்டியான தோசை மாவு - 4 கப்,
சீரகம் - 1 டேபிள் ஸ்பூன்,
மிளகு - 2 டேபிள் ஸ்பூன்,
பச்சை மிளகாய் - 4
கறிவேப்பிலை - சிறிதளவு,
கொத்துமல்லி - சிறிதளவு,
உப்பு - தேவைக்கேற்ப,
வெங்காயம் - 2 (நறுக்கியது),
எண்ணெய் - 3 டேபிள் ஸ்பூன்

செய்முறை :

★ தோசை மாவுடன் பதநீர் சேர்த்து தோசை ஊற்றும் பதத்தில் கரைத்துக் கொள்ளவும்.

★ இத்துடன், சீரகம், மிளகு, பொடியாக நறுக்கிய கறிவேப்பிலை, பச்சை மிளகாய், கொத்துமல்லி, உப்பு சேர்த்து கலக்கி அரை மணி நேரம் வைக்கவும்.

★ பின்னர் இதை தோசை போல ஊற்றி எடுத்து வெங்காயம் தூவி வேக விடவும். பிறகு அழகாக மடித்து, தேங்காய்ச் சட்னியுடன் பரிமாறவும்.

நளபாகப் போட்டி–17 (முடிவு)
மே 2008ல் இடம்பெற்ற போட்டியின் விடை

விடைகள் : 1. அப்பளம், ரசம், 2. பாயசம், வடை, 3. அவியல், சாதம், 4. வடாம், பச்சடி, 5. ஐஸ்க்ரீம், பீடா, 6. ஊறுகாய், நெய், 7. கோஸ்மல்லி, தயிர், 8. போளி, பருப்பு, 9. தொக்கு, சாம்பார், 10. மோர், வறுவல்

வந்து குவிந்த கூப்பன்களில் ரூ. 150/- பரிசு பெறும்
20 அதிர்ஷ்டசாலி வாசகர்களுக்கு வாழ்த்துகள்!

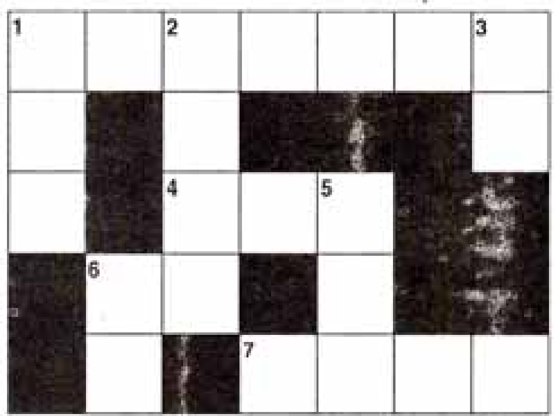
1. பி. லக்ஷ்மி, திருச்சி - 1, 2. பத்மா, சேலம், 3. ஈ. வெங்கட்டம்மாள், திண்டுக்கல், 4. பி. ருக்மணி, சூரமங்கலம், 5. ஜி. பார்வதி, திருச்சி, 6. பங்கஜம் சேஷாத்ரி, சென்னை - 12, 7. மலர்மதன், தூத்துக்குடி, 8. வெ. சியாமளா ரமணி, செகந்திராபாத், 9. சத்தியபாமா, மதிகேரீ போஸ்ட், 10. கமலா கோபாலன், புனே. 11. கே. மதனாகிருஷ்ணா, தில்லைநகர், 12. சுரேஷ் சுப்ரமணியன், கொல்கத்தா, 13. ஜெயலக்ஷ்மி, வடவள்ளி, 14. எஸ். ஜானகி, உடுமலைப்பேட்டை, 15. ஆர். பத்மா ராஜேந்திரன், பெங்களூர், 16. காயத்ரி, பரமத்தி வேலூர், 17. என்.ஆர். லலிதாம்பிகை, பாலக்காடு, 18. ப. சகிலாபேகம், வத்தலகுண்டு, 19. பி. சித்ரா, சின்னமொடச்சூர், 20. ஸரஸ்வதி கே. மூர்த்தி, ஆவடி.





நளபாகப் போட்டி-18

புதிர்க்கட்டம் கொடுத்தாச்சு! உங்களுக்கு உதவுவதற்காகவே சில குறிப்புகளும் தரப்பட்டுள்ளன. அப்புறமென்ன? ஊதித் தள்ளுங்க!



இடமிருந்து வலம்

1. தொப்பி உள்ள காய்! (6)

4. பலரும் காலையில் அருந்தும் தேவபானம்! (3)

6. 'கூழானாலும் ..... த்துக் குடி' (2)

7. தோசை அரிசிமாவில் மட்டுமல்ல, இதிலும் தயாரிக்கப்படுவதுண்டு (4)

மேலிருந்து கீழ்

1. கிழங்கு வகை - பரிவு (3)

2. இது பழமா காயா என்று பட்டிமன்றமே உண்டு (4)

3. வெண்ணெயிலிருந்து கிடைப்பது மாறியிருக்கிறது (2)

5. ஐஸ்க்ரீமில் பச்சை வண்ண வகை (3)

6. நிழல் தரும் மிளகாய் (2)

தொகுப்பு : ஜி.எஸ்.எஸ்.

இங்குள்ள புதிரைச் சரியாக நிரப்பி வெட்டி மங்கையர் மலருக்கு அனுப்புங்க. குலுக்கல் முறையில் 20 பேருக்கு 150 ரூபாய் பரிசு! ஜெராக்ஸ் அனுப்பக் கூடாது!

கடைசித் தேதி : 15.6.2008

உறையின் மீது நளபாகப் போட்டி - 18 என்று குறிப்பிடவும்.

ஆசிரியர் தீர்ப்பே இறுதி.

பெயர் : .... விலாசம் : ....

....

....

தொலைபேசி எண் : ....





Discount upto **30** % off

For purchase of Rs.**25000**/- & above
2 gram Gold coin **FREE**

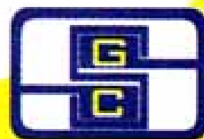
For purchase of Rs.**50000**/- & above
5 gram Gold coin **FREE**

Dealers: Kurl-on® Sleepwell.









Sree Gayathri Sales Corporation

தரம் என்றும் நிரந்தரம்! அதுவே எங்கள் தாரக மந்திரம்!!

We make all kinds of furniture & Interior Works

#29, Royapettah High Road, Chennai - 600 014. Ph:044-28131220 Mobile: 98402 06669



விடுமுறைக்குக் காரில் செல்லும்போது எக்ஸ்ட்ரா பெட்ரோல் கானில் நிரப்பி டிக்கியில் வைத்துக் கொள்வது போல், ஒரு கேன் தண்ணீர் (5 லிட்டர் கொள்ளளவு) வைத்திருங்கள். ரேடியேட்டர் சூடேறி கார் கண்ட இடத்தில் நின்று விடும் அவஸ்தை வேண்டாமே!

- ப. மீனாட்சி,
கல்லிடைக்குறிச்சி.

சூடேறும் அவஸ்தை!

இவை எல்லாமே ஆஹா 50! தான்!

அக்கம் பக்க வீட்டு விசேஷங்களுக்கு உதவச் செல்லும் பொழுது நம் வீட்டிலிருந்து கத்தி, அரிவாள்மணை, தேங்காய்த் துருவி போன்றவற்றை எடுத்துச் சென்று சமையலில் உதவி செய்து விட்டு வரலாம்.

- என். பி. சிவகாமி செல்வம்,
குஜராத்.

நிலக்கடலையை மணலில் வறுப்பதற்குப் பதில் மைக்ரோவேவ் ஓவனில் சிறிது நேரம் வைத்துச் சூடாக்கினால் விரைவில் வறுபடுவதோடு அதிக சுவையுடன் இருக்கும்!

- புவனா சர்மா, சீர்காழி.

வயிற்றுப்பிடிப்புக்கு வெறும் தண்ணீர் குடிக்காமல் சாதம் வடிக்கும் போது அரிசி போட்ட பிறகு 2 [அ] 3 கொதி வந்த பிறகு அந்தத் தண்ணீரில் ஒரு தம்ளர் எடுத்து நெய் சேர்த்துக் குடித்தால் சரியாகும்.

- பி.டி. விஜய
சாமுண்டீஸ்வரி, வாணியம்பாடி.

காந்தத்தையோ, காந்தம் உள்ள பொருள்களையோ டீ.விக்கு அருகில் வைக்காதீர்கள். இதனால் டீ.வி. பழுதடையக்கூடும்.

- எஸ். லக்ஷ்மி,
வைத்தீஸ்வரன்கோயில்.

ஜாதகத்துடன் மாப்பிள்ளை மற்றும் பெண்ணின் கல்விச் சான்றிதழ்களின் நகல்களையும் இணைத்துக் கொடுத்தால் கல்வித் தகுதி சம்பந்தமாக நிகழும் ஏமாற்றங்களைத் தவிர்க்கலாம்!

- ஜி. புவனேஸ்வரி,
கோயமுத்தூர்.

சுத்தமான கடலை எண்ணெய் 1 ஸ்பூன், எலுமிச்சைச் சாறு கலந்து கண்களின் கீழ் பூசி வந்தால் கருவளையம் மறையும்.

- என்.டி. லதா, நல்லிச்சேரி.



பெத்த கடன்!

'ஒரு குடம் தண்ணி ஊத்தி ஒரு பூ பூத்தது. இரண்டு குடம் தண்ணி ஊத்தி இரண்டு பூ பூக்கது...'

கிராமத்துப் பிள்ளைகள் வங்கி வளாகத்திலுள்ள பூவரசு மரத்தின் கீழ் உற்சாகமாக விளையாடிக் கொண்டிருந்தார்கள்.

காலை 11 மணி வெயில் சுள்ளென அடித்தது. வங்கியில் அவ்வளவு கூட்டமில்லை. வங்கியிலும் அதிக ஊழியர்கள் கிடையாது. ஒரு மேனேஜர், நகையை மதிப்பீடு செய்யும் ஒரு அப்ரைசர். வங்கியின் வரவு செலவில் நகைக்கடன் தான் பிரதானம். இவர்களைத் தவிர பேங்கின் ஒரே கிளார்க் நான். காஷியராகவும் அவதாரம் எடுக்க வேண்டும். கூட்டம் அதிகம் வராததால் வேலைப் பளு எனச் சொல்ல முடியாது. வீட்டிலிருந்த கடைசி நகையையும் அடகுவைக்க வந்திருந்த அருணாசலம் பிள்ளையைக் கூப்பிட்டேன். எனக்கு நன்கு பரிச்சயமானவர்.

''என்ன, அருணாசலம் அண்ணே! ஏற்கெனவே உமக்கு கழுத்துவரை நகைக்கடன் இருக்கு. இந்த லட்சணத்தில் இன்னொரு நகையை அடகு வைக்க வந்திருக்கீரு?'' உண்மையான அக்கறையுடன் விசாரித்தேன். ''மக ஊரில இருந்து வந்திருப்பா. பிள்ளைக்குக் கோயிலில் மொட்டை போடணும்னு அவ சொல்லியிருப்பா. நீங்களும் உங்க சம்சாரத்தோட நகையை வாங்கிட்டு அடகு வைக்க வந்துட்டீரு. நமக்குள்ள ரொம்ப நாள் பழக்கம் என்கிறதால சொல்றேன். நீங்க முன்ன வச்ச நகைக்கெல்லாம் வட்டியும் ஏறிட்டே இருக்கு. கொஞ்சம் சீக்கிரம் செட்டில் செஞ்சிடுங்க! கடனுன்னு இருந்தால் மனசை அறுத்துக்கிட்டேதான் இருக்கும்.'' அருணாசலம் பிள்ளைக்கு உரிமையோடு அட்வைஸ் செய்து கொண்டிருக்கும் போதே வங்கியின் ஃபோன் சிணுங்கியது. ஃபோனைக் காதில் பதித்தேன். மறுமுனை



யில் பேசியவர் ''சீனிவாசா, உங்க அப்பா செத்து போயிட்டாருப்பா. மச்சு வீட்டிலதான் வைச்சிருக்கு. இன்னிக்கே எடுக்கிறாங்க வந்திரு.'' சொல்லி விட்டு 'டக்' என வைத்து விட்டார். தொண்டைக்குழிக்குள் ஏதோ அடைத்தது.

''ஏன், சீனிவாசா... உங்க அப்பா முடியாமலா இருந்தாரு?'' மேனேஜர் அக்கறையுடன் கேட்க, ''தெரியாது சார்'' என அனிச்சையாக என் பதில் வந்தது. பிரமிப்போடு என்னைப் பார்த்தார். ஆம், அதுதானே வாஸ்தவம். இருபது ஆண்டுகள் அப்பாவைப் பிரிந்து வாழும் இருபத்தைந்து வயது மகன் நான். ''கிளம்புப்பா. போய் ஆகறதைப் பாரு'' மேனேஜர் அனுமதி கொடுத்தார்.

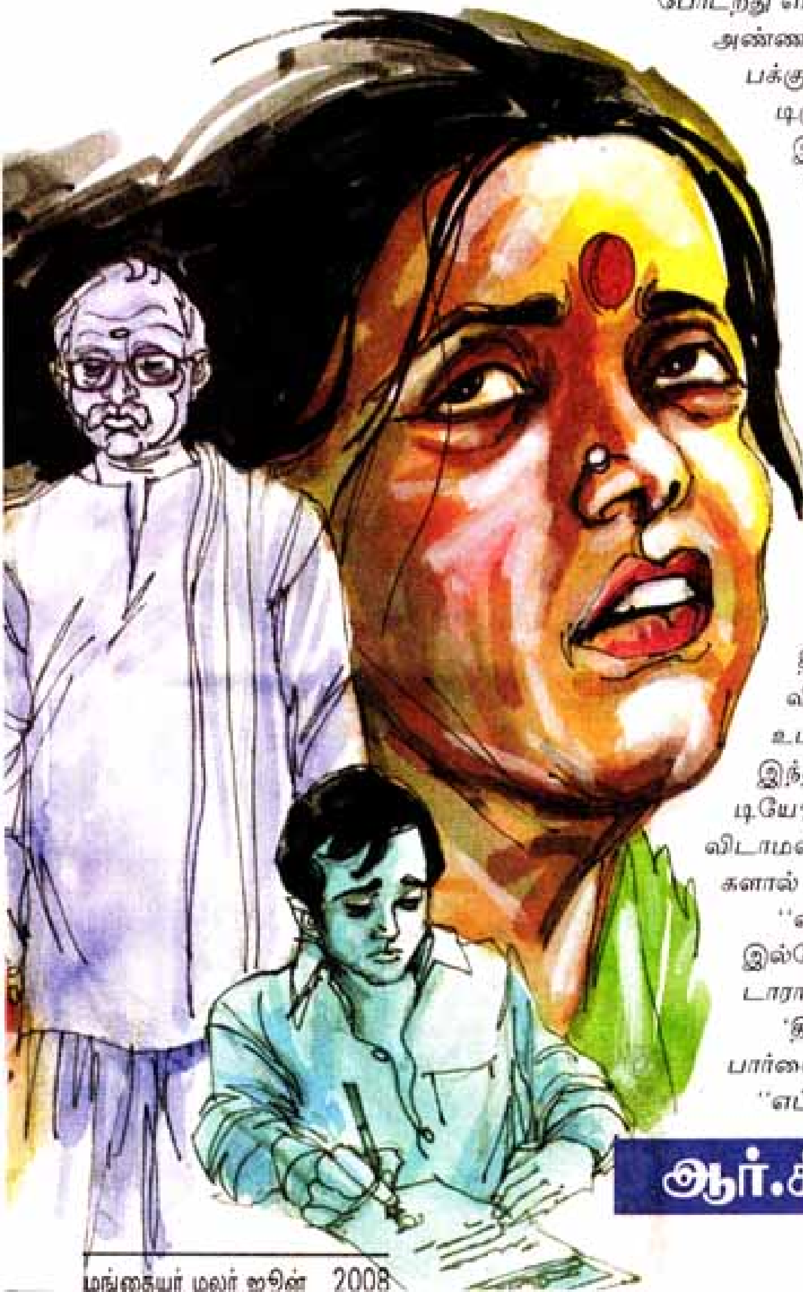
டி.வி.எஸ். சேம்பை மிதித்தேன். வீட்டுக்கு வந்து மொபெட்டின் ஸ்டேண்டை போட்டபோதுதான் என் நினைவே திரும்பியிருந்தது. பிரண்டை வத்தல் போடறது எப்படி என பக்கத்து வீட்டு அண்ணாச்சி மனைவிக்கு அம்மா பக்குவம் சொல்லிக் கொண்டிருந்தாள். நெற்றியில் இருபத்தைந்து காசு சைசில் சிவப்பு குங்குமப் பொட்டு மினுமினுத்தது. நெற்றியின் வகிடிலும் கொஞ்ச தூரத்துக்குப் பயணம் செய்து, நரை முடியை சிவப்பாக்கியிருந்தது குங்குமம். 'இதெல்லாம் இன்றோடு போகப் போகிறதா?' வேதனையோடு வீட்டுக்குள் நுழைந்தேன்.

என்னை அந்த நேரத்தில் அம்மா எதிர்பார்க்கவில்லை. ''என்னப்பா... உடம்புக்கு முடியலையா... இந்த நேரத்தில் வர மாட்டியே?'' என என்னைப் பேச விடாமல் என் உடலைக் கண்களால் சோதனை செய்தாள்.

''எனக்கு ஒண்ணும் இல்லே... அப்பாதான் போயிட்டாராம்'' குரல் கம்மியது.

'திக்' என்ற அதிர்ச்சிப் பார்வை பார்த்தாள்.

''எப்பவாம்? முடியாம இருந்



ஆர்.கீதாஞ்சலி



தாராமா?'' அம்மாவின் குரல் உடைந்து ஈனஸ்வரத்தில் ஒலித்தது.

வங்கியில் இருந்துவரும்போதே சொல்லிவிட்டு வந்த பழக்கமான ஆட்டோ, வீட்டின் முன் நின்று பொப்பாய்ங்... அடித்தது.

''அய்யோ! போயிட்டீங்களா...?'' என்று முந்தானையில் வாய்ப் புதைத்து அழ ஆரம்பித்தாள்.

ஏறக்குறைய மயக்க நிலைக்கு சென்றுவிட்ட அம்மாவை அரவணைத்தவாறே ஆட்டோவினுள் ஏற்றினேன்.

''நாகர்கோவிலுக்குப் போப்பா...'' ஆட்டோ டிரைவரிடம் முகவரியைச் சொல்லிவிட்டு சீட்டில் சாய்ந்தேன். என் தோளில் அம்மா.

''அப்பா...''

இந்த வார்த்தையை உச்சரித்துத்தான் எத்தனை வருடமாயிற்று? சுமார் இருபது வருடங்களுக்கு பிறகு அப்பா என்கிற மனிதரை அருகில் சென்று பார்க்கப் போகிறேன். இப்போது அவர் 'அது' ஆகிவிட்ட நிலையில் என் மீது கோபப்பட மாட்டார். அம்மாவை வெறுப்பான வார்த்தைகளால் கொட்ட மாட்டார் என்ற தைரியம் வந்தது. நினைவுகள் பல ஆண்டுகளுக்கு பின்னோக்கிப் பயணப்பட்டது.

ஐந்து வயதிருக்கும் எனக்கு. ஒருநாள் இரவு அப்பா அருகில்தான் படுத்திருந்தேன். அம்மா ஏதோ கேட்க அப்பா பதிலுக்கு ஏதோ சொல்ல பேச்சுவார்த்தை முற்றியது. அப்பா கோபத்தில் சட்டையை மாட்டிக்கொண்டு, ''இனி நான் இந்த வீட்டுக்கே வர மாட்டேன்'' எனக் கத்தியவாறே வீட்டை விட்டு வெளியேறினார். அம்மாவும் தாத்தாவும் கண்ணீருடன் அவர் பின்னால் ஓடியதும் ஞாபகத்தில் இருக்கிறது.

அப்பாவுக்கு நாகர்கோவிலில் ஏதோ பெண் சகவாசம் துளிர் விட்டிருந்ததாக அப்புறம் தெரிய வந்தது.

அப்பாவைச் சமாதானப்படுத்த தாத்தாவும் நாகர்கோவிலுக்கு நடையாக நடந்திருக்கிறார். ஊர்ப் பெரியவர்களை வைத்துப் பேசிப் பார்த்திருக்கிறார். அவர்கள் சொல்லியதால் வாரம்தோறும் வெள்ளிக்கிழமை மட்டும் மாலை ஐந்து மணிக்கு அப்பா வீட்டுக்கு வரத் துவங்கினார். வீட்டுத் திண்ணையில் உட்காருவார். ''என்னடா ஒழுங்கா படிக்கிறயா?'' எனக் கேட்பார். நான் அவர் முகத்தையே பார்த்துட்டு இருப்பேன். அவர் வாட்சைப் பார்ப்பார்.



50!

குழந்தைகள் வீடியோ கேம்ஸ் விளையாடுவதால் கண்ணும் கையும் ஒன்றாகச் செயல்பட உதவுகிறது. எனவே குழந்தைகளை அளவோடு வீடியோ கேம்ஸ் விளையாட முழு ஆதரவு கொடுங்கள்.

- ப்ரீதா ரெங்கசுவாமி, ராயபுரம்.

ஐந்தரை மணிக்கெல்லாம் போய்விடுவார். அதன்பிறகு அடுக்களையிலிருந்து அம்மாவின் விசும்பல் கேட்கும். அப்பாவின் வருகையும் சில மாதங்களுக்குத்தான். அதன் பிறகு அப்பா வரவே இல்லை. வெள்ளிக்கிழமை காத்திருப்பை நானும் சில வாரங்கள் தொடர்ந்தேன். ஏமாந்தேன். அந்த வலி இன்னும் என் நெஞ்சில்.

அப்பாவின் நாகர்கோவில் குடும்பத்தில் இரண்டு ஆண் வாரிசுகள். ''பெரிய வீடு கட்டிட்டாங்க. கார் வாங்கிருக்காங்க'' என நாகர்கோவில் போய்விட்டு வருகிறவர்கள் வந்து சொல்வார்கள். அம்மா முகத்தில் எந்தச் சலனமும் இருக்காது.

அம்மா அழுது அழுதே நாட்களை நகர்த்தினாள். ''புண்ணியவதி உனக்கு இப்படி வரக்கூடாதும்மா'' என வருபவர்களெல்லாம் அம்மாவுக்கு ஆறுதல் சொல்வதாக நினைத்து அழுகையை அதிகப்படுத்தி விட்டுப் போவார்கள்.

வேட்டி, தொள தொள சட்டை, தோளில் நீண்டு தொங்கும் துண்டு, வாய் நிறைய வெற்றிலை அத்தோடு கொஞ்சம் புகையிலை இதுதான் என் தாத்தா. இவர்தான் எனக்கு எல்லாம் ஆனார். அம்மா என் மீது கோபப்படும் போதெல்லாம் மடியில் உட்கார வைத்து தோளில் போட்டிருக்கும் துண்டால் என் முகத்தை அழுந்தத் துடைத்துவிடும் தாத்தாவின் அரவணைப்பு எனக்கு அவ்வப்போது தேவைப்பட்டது. அவரது துண்டில் தங்கியிருக்கும் புகையிலை வாடை இன்றைக்கும் என் மனதை விட்டு விலகாமல் இருக்கிறது.

தாத்தாவின் சொற்ப வருமானம் என் பள்ளிப்பருவ வயதை மகிழ்ச்சியாக வைத்திருந்ததாகச் சொல்ல முடியாது. காயப்பட்ட கனவுகளுடன்தான் வாழ்ந்தேன். அதேநேரத்தில் தாத்தா என்கிற அந்த மனிதர் இல்லையென்றால் நானும் அம்மாவும் என்னவாகியிருப்போம்? இப்போது நினைக்கக்கூட பயமாக இருக்கிறது.

(அடுத்த இதழில் முடியும்)



உணவின் சுவைக்கும்
உடல் ஆரோக்கியத்திற்கு!
PC இருந்தா ஈஸி





ISO 9001 - 2000



குளிர்சாதனப் பெட்டி இருக்கிறதே என்று ஏகப்பட்ட காய்கறிகளை வாங்கி ஃப்ரிட்ஜ் முழுக்க அமுக்கி வைத்தால் காய்கறிகள், பழங்கள் நிச்சயம் அழுகித்தான் போகும்.

ஃப்ரிட்ஜிலுள்ள கம்ப்ரெஸர் மூலம் குளிர்விக்கப்படும் காற்று, ஃப்ரிட்ஜ் முழுவதும் சுற்றிக் கொண்டிருக்க வேண்டும். ஃப்ரிட்ஜின் ஃப்ரீஸர் பகுதியிலிருந்து ஒரு இடத்திலிருந்து மட்டும்தான் குளிர்ந்த காற்று வந்து கொண்டிருக்கும்.

இப்போது விற்பனை ஆகும் அதிநவீன ஃப்ரிட்ஜ்களில் ஒன்றுக்கு மேற்பட்ட இடங்களிலிருந்து குளிர்ந்த காற்று வரும்படி செய்திருக்கிறார்கள். அப்படியானாலும், கூட தலையணையில் பஞ்சு அடைக்கிற மாதிரி காய்கறி, பழங்களைப் போட்டு அடைத்தால் ஃப்ரிட்ஜில் வைத்தால் கூட அழுகித் தான் போகும். காய்கறி பழங்களை தனித் தனியாக ஈரமில்லாமல் துடைத்து தனித்தனித் துணிப்பைகளில் குளிர்ந்த காற்று நன்கு சுற்றி வருமாறு வைக்க வேண்டும்.







தாங்க்யூ



சென்னை போன்ற கடற்கரை அருகிலுள்ள நகரங்களில் ஈரப்பதம் காற்றில் மிகவும் அதிகமாக

இருக்கும். எனவே ஒவ்வொரு முறை ஃப்ரிட்ஜைத் திறந்து மூடும் போதும் வெளிக்காற்று ஃப்ரிட்ஜில் நுழையும். அதில் நிறைய பாக்டீரியாக்கள் காற்றிலுள்ள நீராவி, வடிவத்திலுள்ள ஈரப்பதத்தில் இருக்கும். எனவே என்னதான் ஈர மில்லாமல் துடைத்துக் காய்கறிகளை ஃப்ரிட்ஜில் வைத்தாலும் உள்ளே வைத்த காய்கறிகள் கூட அழுகிவிடுவதைப் பார்க்கிறோம்.

எனவே, காய்கறிகளை எடுத்துத் துடைத்து துணிகளிலோ துணிப்பைகளிலோ 'டைட்'டாகச் சுற்றி வைக்க வேண்டும்.

ஃப்ரிட்ஜின் குளிர்ச்சி லெவல் 0 முதல் 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 என்று ஒரு குமிழ் வைத்திருப்பார்கள். ஐஸ் கட்டி தயாரிக்க வேண்டும், ஐஸ்க்ரீம் தயாரிக்க வேண்டும் என்று திட்டமிட்டால் ஃப்ரீஸர் பகுதியில் வைப்பதற்காக 6 - 7 - 8 என்று குமிழை அட்ஜஸ்ட் பண்ணிக்கொள்ளலாம் தற்காலிகமாக. ஐஸ் கட்டி ஐஸ்க்ரீம் தயாரித்து முடித்ததும் பழையபடி குமிழை 1 -2 இந்த எண்களுக்கு மாற்றிக் கொள்ள வேண்டும். சாதாரணமாக குளிர்ச்சி அளவு 1 அல்லது 2க்கு மேல், சென்னை போன்ற கடற்கரையோர நகரங்களில் வைத்துக் கொள்ளவே கூடாது.

வாழைப்பழம், வாழைக்காய், வாழைத்தண்டு, வாழைப்பூ, உருளைக்கிழங்கு, சேனைக்கிழங்கு, சேம்பு ஆகியவற்றை ஃப்ரிட்ஜினுள் வைக்கவே கூடாது. வெங்காயம், பூண்டு ஆகியவற்றை வெளியில் பிரம்புக் கூடையில் வைப்பது நல்லது. ஃப்ரிட்ஜில் பால், தயிர் என்று எதை வைத்தாலும் அவற்றை மூடித்தான் வைக்க வேண்டும். அந்தந்தப் பாத்திரங்களுக்கு டைட்டாக மூடும் வகையில் பொருத்தமான தட்டுகளை உபயோகித்துத்தான் மூட வேண்டும்.



ஃப்ரிட்ஜ்!

நுழையும் காற்றிலுள்ள நீராவி ஃப்ரிட்ஜின் உள்பக்க குளிர்ச்சி காரணமாக நீங்கள் துடைத்து உள்ளே வைத்த காய்கறிகளை ஈரமாக்கி விடும். அதனால்தான் ஃப்ரிட்ஜில்

- நளினி அனந்தராமன், சென்னை - 40.



ஸ்ரீவித்யா காளிதாஸ், சிதம்பரம் - 2.

திரைப்படப் பாடல்கள் பாட அழைக்கும் போது எந்தப் பாடலானாலும் 'ஓகே' சொல்வீர்களா? இல்லை தேர்வு செய்து பாடுகிறீர்களா?

என் குரலுக்கு எந்த மாதிரியான பாடல் பொருந்தும் என்று இசை அமைப்பாளர்களுக்கு நன்றாகத் தெரியும். ஓரிரு சந்தர்ப்பம் தவிர மற்றபடி எனக்கு ஏற்ற நல்ல பாடல்களாகவே அமைந்தது என் அதிர்ஷ்டமே!

தண்டபாணி, தங்கவயல்.

கர்நாடக சங்கீதம், திரைப்படப் பாடல்கள் இரண்டையும் எப்படி பேலன்ஸ் செய்கிறீர்கள்?

சற்று கடினம்தான். நான் பாட ஆரம்பித்த பிறகுதான் உணர்ந்தேன், கர்நாடக



சங்கீதம் என்னை எவ்வளவு அதிகம் ஈர்த்திருக்கிறதென்பதை. திரை இசையைப் பொறுத்தவரை அதற்கு 'ரீச்' அதிகம் இருப்பதால் அந்தத் துறையிலும் சாதிக்கும் ஆர்வம் உண்டு...

த. பரதன், திருவாரூர்.

கச்சேரி செய்ய ஆரம்பித்த நாட்களில் சபைக் கூச்சம் இருந்ததா...?

எனது மூன்றாவது வயதிலேயே என் பாட்டி திருமதி டி.கே. பட்டம்மாளின் கச்சேரியில் அவர்களுக்கு அருகே மேடை யில் அமர்ந்திருக்கிறேன். எனவே ஆரம்பக் கச்சேரியின் போது ஆடியன்ஸை பார்ப்பது புதிதாக இல்லை. ஆனா, கச்சேரி சரியாக அமையணுமே என்ற டென்ஷன் இருந்தது.

எஸ். பரத், ஸ்ரீரங்கம்.

சபைக் கூச்சம் தெளிய இப்ப வளரும் கலைஞர்களுக்கு ஏதாவது டிப்ஸ்...

இளம் கலைஞர்கள் இப்பல்லாம் ரொம்பத் தெளிவாகவே இருக்கிறார்கள்... டிப்ஸே தேவையில்லை. இருந்தாலும் அசுர சாதகம், அதனால் ஏற்படுகிற தன்னம்பிக்கை இருந்தா மேடையில் ஜெயிக்கலாம்... எல்லாத் துறைக்கும் இது







லட்டா? பஞ்சாமிர்தமா?

வாசகியரின் 'க்யூட்' கேள்விகளுக்கு நித்யஸ்ரீ மகாதேவன் தந்த 'ஸ்வீட்' பதில்கள்!

பொருந்தும்தானே...?

வே. சந்தியா, சென்னை - 94.

பட்டுச் சேலை தவிர உங்களுக்குப் பிடித்த உடை...

அழகுக்கும், மரியாதைக்கும், பாரம்பரியத்துக்கும் பட்டுச்சேலை. வசதிக்கும் சௌகரியத்துக்கும் சல்வார் கமீஸ்...

ஏ. ஆறுமுகம், ஆரணி.

தற்போதுள்ள திரைப்படப் பின்னணிப் பாடகியரில் தங்களைக் கவர்ந்தவர்...?

எந்த வகைப் பாடலுக்கும் உயிர் கொடுத்து, கச்சிதமாக, தன் இதமான குரலில் அழகாகப் பாடும் சின்னக்குயில் சித்ரா.

ஏ.பி.ஆர். புனிதா ரமேஷ், நல்கவரம்.

எந்த வயதிலிருந்து கச்சேரி செய்கிறீர்கள்? முதல் கச்சேரி, முதல் பாட்டு அனுபவம் பற்றி...

நான் பதின்மூன்று வயதிலிருந்தே கச்சேரி செய்கிறேன். 'Youth Association of Carnatic Music' என்ற அமைப்புக்காக மியூஸிக் அகாதமியின் மினி அரங்கில் என் முதல் கச்சேரி நடந்தது. அந்த முதல் மேடை அனுபவத்துக்காக இரண்டு மாதம் தீவிரப் பயிற்சி செய்தேன். கச்சேரி சரியா அமையணுமேன்னு ஒரு வாரமா தூக்கமே வரலே... பிரபலமான சங்கீதப் பாரம்பரையில் வந்திருக்கோம். அக்கா பேரைக்





அடுத்த
'பெப்பர் பாப்கார்னில்'
பட்டிமன்றம் எஸ். ராஜா
பதிலளிக்கிறார். வாசகியர்
ஜாலி கேள்விகளை
அனுப்பலாம்!

காப்பாற்றணுமே என்கிற பொறுப்பு வேறு...

ஹம்சத்வனி ராகத்தில் ''பார்வதி பதிம்...'' என்கிற முத்துஸ்வாமி தீக்ஷிதர் கிருதிதான் நான் முதலில் பாடிய மேடைக் கச்சேரிப் பாடல்.

எஸ். பிரகாஷ், வேலூர்.

தங்கள் பாட்டி டி.கே. பட்டம்மாள் பற்றி...

என் மரியாதைக்குரிய குருவும், ரோல் மாடலும், அன்புக்குரிய பாட்டியுமான திருமதி பட்டம்மாள், சரஸ்வதி தேவியின் பூரண கடாட்சம் பெற்றவர்... போர்த்திய பட்டுப் புடவையும், குங்குமமுமாக எளிமையான தோற்றத்தில் நிறைகுடம்... கட்டுப்பாடான குடும்பப் பின்னணியிலிருந்து வந்து நிறைய விஷயங்களைச் சாதித்தவர்... கம்பீரமான அந்தக் குரலை யாருமே ரீப்ரடியூஸ் செய்ய முடியாது... கமக, லய, சுருதி, உச்சரிப்பு சுத்தம் அவற்றோட முழுமையான ஈடுபாட்டுடன் பாவத்தோடு பாடுவது தனிச்சிறப்பு... கூடவே இருந்து, அவரது எளிமையும் தெய்வீகத்தையும் பார்த்துப் பிரமித்துப் போகிறேன்.

மதி, துரைப்பாக்கம்.

சங்கீதப் பரம்பரையில் வந்ததால்தான் ஜொலிக்கிறீர்களா...?

இருக்கலாம்... ஆனால் ஒன்று... எந்தத் துறையானாலும் சரி, குடும்பப் பாரம்பரியம் ஒரு 'ஐடன்டிடி'க்கு உதவலாம். ஆனால் நிலைத்து நிற்க நமது தனித்துவமும், உழைப்பும் தேவை.

வி. சாஸ்தா கிருஷ்ணன், திருவனந்தபுரம்.

பாடகியாக வந்திராவிட்டால் வேறு எந்தத் துறையைத் தேர்ந்தெடுத்திருப்பீர்கள்...?

நினைத்துக் கூடப் பார்க்க முடியாத கேள்வி இது... இசையோடவே வளர்ந்து முழுக்க முழுக்க இசைமயமாகவே ஆகிவிட்டதால்.. வேறு நினைப்பே எழவில்லை.

டி.என். ஸ்ரீதர், சென்னை - 39.

எம்.எஸ். சுப்புலக்ஷ்மி, எம்.எல். வசந்தகுமாரி ஒப்பிட முடியுமா?

அலைகடலின் ஓங்காரம் எம்.எஸ். குரல். இளவேனில் தென்றல் எம்.எல்.வி. குரல். எம்.எஸ்.எஸ். அம்மாவின் இசையில் இழையோடும் நுணுக்கமான நெளிவு சுளிவுகள், எம்.எல்.வி. அம்மாவின் இசையில் காட்டாற்றின் ஓட்டத்தைப் போன்று கோலோச்சும்... காற்றினிலே வரும் கீதம், புல்லாங்குழலின் உன்னதத்தை கண்முன் நிறுத்துவதைப் பற்றிக் கூறுவதா அல்லது, சின்னஞ்சிறு கிளியே என்று கொஞ்சும் குரலின் இனிமையை வர்ணிப்பதா... எம்.எஸ். அம்மா, அன்னமய்யாவின் கீர்த்தனைகளை பிரபலப்படுத்தினார் என்றால், எம்.எல்.வி. அம்மா, புரந்தரதாசர் பதங்களைப் பிரபலப்படுத்தினார்...

இந்த இரு சிகரங்களை ஒப்பிட எனக்கு வயதோ, தகுதியோ இல்லை...

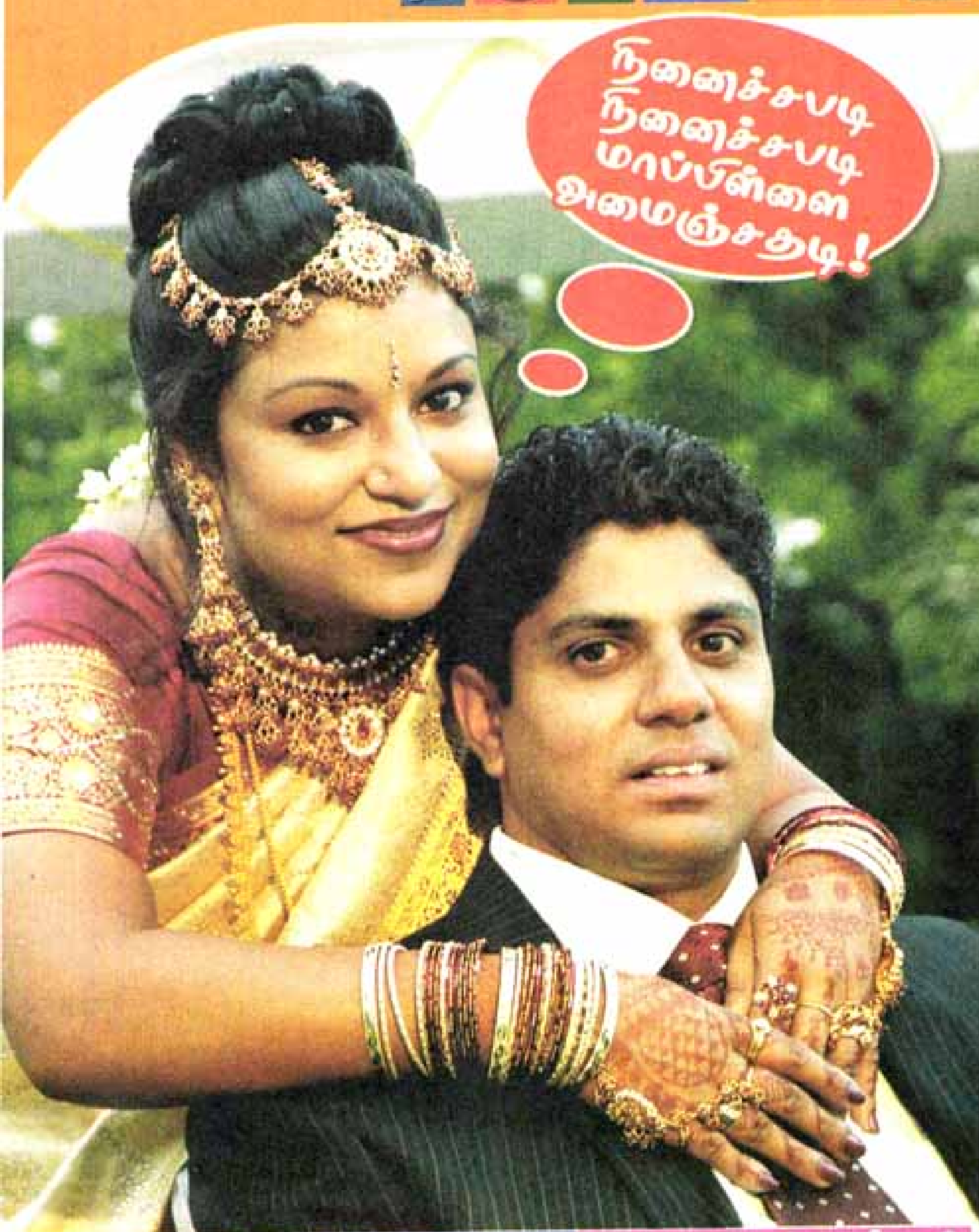
பழனி பஞ்சாமிர்தம், திருப்பதி லட்டு இரண்டையும் ஒப்பிட முடியுமோ?

சந்திப்பு : **பத்மினி பட்டாபிராமன்**

என்றும் உங்களுடன் ஜூன் 2008

மங்கையர் மலர்

திருமண மலர்





காஞ்சி மாநகரிலிருந்து உத்திரமேரூர் செல்லும் வழியில் உள்ள ஓம்சக்தி திருத்தலம் கருவேப்பம்பூண்டி. ஒளிப்

கருவேப்பம்பூண்டி - நெல் வயல்களும், கரும்புக் காடுகளும் சூழ்ந்த அமைதியான இடத்தில் அமைந்துள்ள

கல்யாண வரம் தரும்

பீடம் என்றும் ஞானப்பீடம் என்றும் அழைக்கப்படும் இத்தலத்தில், அனைத்து சக்திகளுக்கும் ஆதாரசக்தியான பராசக்தி, ஸ்ரீ கீர்த்திமதி அன்னை என்னும் திருநாமம் கொண்டு அருள் பாலித்து வருகிறாள்.

ஸ்ரீ என்றால் லட்சுமி, கீர்த்தி என்றால் துர்க்கை, மதி என்றால் சரஸ்வதி. இத்திருத்தலத்தில், முப்பெரும் தேவியரும் முனை காயாத இளந்தாமரை மலர்மேல் ஒன்றுபட்டு அமர்ந்து கல்வி, செல்வம், வீரம் ஆகிய முப்பெரும் கொடையை அளித்து வருகின்றனர்.

இக் கோயிலின் எழில் மிகுந்த முகப்பு கண்களைக் கவர்கிறது.

உள்ளே நுழைந்ததும், வலதுபுறம் பிரம்மாண்டமான கண்ணாடி மாளிகை தெரிகிறது. அதற்குள் தங்கமுலாம் பூசப்பட்ட ஸ்ரீ கீர்த்திமதி அம்மன் பத்மாசனக் கோலத்தில் புன்முறுவலுடன் அமர்ந்திருக்கிறாள். அவளைத் தியானித்து வணங்கியதும், யாகசாலைக்குச் செல்லலாம்.

அங்கே இருக்கும் யாகக் குண்டத்தில் நவ தானியத்தை, கையளவு எடுத்து, தலையைச் சுற்றி, யாகக் குண்டத்தில்

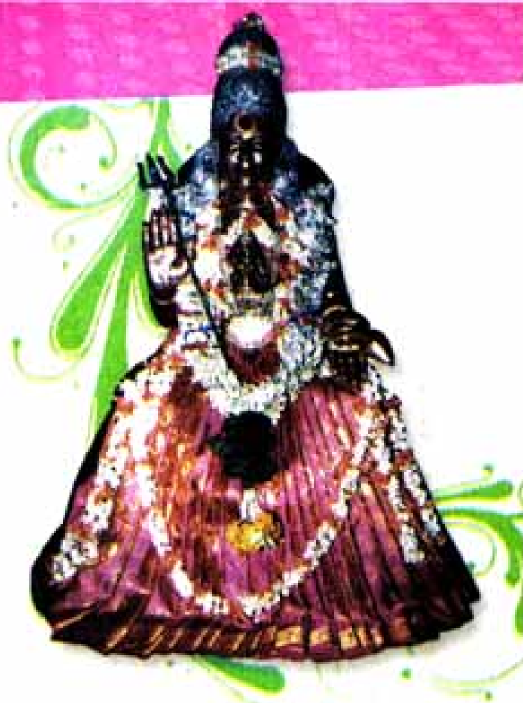
சமர்ப்பித்து, மும்முறைச் சுற்றிவர வேண்டும்.

யாகக் குண்டத்தைக் கடந்து, உள்ளே சென்றால், துர்க்கா, லக்ஷ்மி, சரஸ்வதி மூவரும் அற்புத அலங்காரத்தில் காட்சியளிக்கின்றனர்.

கருவறைக்கு முன்னால் ஸ்தல விருட்சமான வேம்பு, கிளைகள் விரித்து பூத்திருக்கிறது. இந்த வேம்பு விருட்சத்தில் முப்பெரும் தேவியரும், நவசக்திகளும், சப்த மாதர்களும், நவதுர்க்கைகளும் உறைவதாக ஐதிகம்.

இந்த வேப்பமரத்துக்கு மஞ்சள் பூசி, பொட்டு வைத்து, மாங்கல்யக் கயிறு அணிவித்தால் திருமணம் எளிதில் கைகூடும். மாங்கல்ய பலம்கூடும். கணவன் - மனைவி உறவில் பிரச்னை இருந்தால், அவை அனைத்தும் தீரும் என்பது தொன்றுதொட்டு வரும் நம்பிக்கை!

இந்த வேப்பமரத்தின் கீழே, வைத்த குங்குமத்தையும், எலுமிச்சைக் கனியையும் பெற்று, பூஜித்து வந்தால், தீராத வினைகள் நீங்குகின்றன.



வேம்பைத் தரிசித்த பிறகு, இடப்புறமாகச் சுற்றி வந்தால், பெரிய மண்டபமும், அதனுள் எட்டு அடிக்கும் உயரமாக வளர்ந்து நிற்கும் நாகர்புற்றும் இருக்கிறது. பல்வேறு துக்கங்களையும், மனக் கஷ்டங்களையும் தாங்கிக் கொண்டு, இத்தலத்துக்கு வருபவர்கள், தலையில்

கீர்த்திமதி அம்மன்!



முக்கூட்டு எண்ணெய் தேய்த்து, இங்குள்ள புனிதக் கிணற்றில் நீராட வேண்டும். பின்பு, நாகர்புற்றுக்குப் பால் வார்த்துப் பொங்கலிட்டால் அனைத்துவிதமான தோஷங்களும் நிவர்த்தி ஆவதாக நம்பிக்கை. குறிப்பாக சர்ப்பதோஷங்களுக்கு உடனடிப் பரிகாரம் கிடைக்கிறது.

இங்கு நடக்கும் அமாவாசை யாக பூஜையில் கலந்து கொண்டாலே, நவகிரஹ தோஷம் நீங்குவதோடு, கேட்ட வரம் கிடைப்பதாகவும் பக்தர்கள் மனமுருகக் கூறுகின்றனர்.

- பி. ஜெயலக்ஷ்மி, சென்னை - 24.



மங்கையர் மலரின்
திருமண மலர்

இணைப்பிதழ்

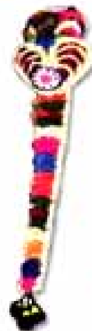
திருமண மலர் விளம்பரக் கட்டண விவரங்கள்

முதல் முப்பது வார்த்தைகளுக்கு ரூ. 500/-

30க்கு மேற்பட்ட வார்த்தைகள் ஒவ்வொன்றுக்கும் தலா ரூ. 15/-

வண்ணத்தில் ஹைலைட் செய்ய கூடுதல் கட்டணம் ரூ. 100/-

1" X 1" அளவில் வண்ணப் புகைப்படத்துடன் 30 வார்த்தைகள் அடங்கிய விளம்பரத்துக்கு ரூ. 800/- (அதிகப்படியான வார்த்தை ஒவ்வொன்றுக்கும் ரூ 15/-)



வண்ணப் புகைப்படத்துடன் விவரங்கள் அடங்கிய அரை பக்க Profile விளம்பரம் ரூ. 2500/-

வண்ணப் புகைப்படம் அனுப்புபவர்கள், தெளிவான புகைப்படமாக, பாஸ்போர்ட் அளவில் இரண்டு பிரதிகள் அனுப்பவும். புகைப்படங்களை திருப்பி அனுப்ப இயலாது.



கட்டணத்தை நேரில் ரொக்கமாகவோ அல்லது சென்னை செக்காகவோ, வெளியூர் டிமாண்ட் டிராப்டாகவோ, மங்கையர் மலர் என்ற பெயரில் எடுத்து அனுப்பவும்.

விவரங்களுக்கு தொடர்பு கொள்க:

மங்கையர் மலரின் திருமண மலர்

47-NP, ஜவாஹர்லால் நேரு சாலை, ஈக்காடுதாங்கல்,
சென்னை - 600 032.
தொலைபேசி : 4343 8888

மணமகள் தேவை

DURAI SENTHIL KUMAR, M.A., B.Ed.,



Iyer, Vadama, Haritha, Poosam, 33, 165, well settled Orthodox Govt. employed Rs. 15,000/- p.m., M.A. B.Ed., (English Teacher) TRB 2005 at Vellore seeks suitable bride employed as Teacher (At any level) with Govt. or Private. Graduated Job seeking bride to have a desire to teaching welcome, matching of horoscopes and Orthodox family values are essential. Contact : R. Aparna, 99418 19558 Box No. 14828

J.N. BASKARAN, M.A. (Ph.D.,) Sanskrit



ஐயர், வடமாள், நைத்ருவ காச்யப, திருவாதிரை, ஆகஸ்ட் 1982, 5.7', வசதியான குடும்பத்தைச் சேர்ந்த காஞ்சி சங்கரமடத்தில் சர்வீஸ் செய்யும் வரனுக்கு தெய்வ பக்தியுள்ள குடும்பப்பாங்கான பட்டதாரிப் பெண் தேவை. **Income Rs. 15,000/- Contact : 044-4351 2940** பெட்டி எண் : 14831

V.S. SAILAPATHY, PGDCA, M.COM (MBA)



Iyer, Vathimal, Athreya, Avittam, 38 years, PGDCA, M.Com., (MBA), Admin. Officer in MNC, Chennai, 35,000/- p.m., Owns 2 Bed Room Flat in Chennai, Thiruvanmiyur seeks employed/unemployed girls. Contact : saila27@rediffmail.com Mobile : 9791068797 Box No. 14848

R. RAMESH BABU, B.E., M.S.,



Naidu, Pooradam, 34/175, fair, clean habits, Looks Younger Senior SWE USA $ 10,000/- p.m., seeks suitable bride. Reply email:vrk25@yahoo.com Phone : 080-25808035 Box No. 14851

M.R. SRIDHAR

Iyengar, Bharadwaja Gothram, Hastham, Kanya Rasi, 41, 6.2', Govt. Job Rs. 12,000/- p.m., Own House at Kuppam Chitoor Dist., Seeks Iyengar/Iyer homely girl. Contact : 09811174261 Box No. 14846

மங்கையர் மலரின் திருமண மலர் பகுதியில் ஜாதி, மத, இனப் பாகுபாடு இன்றி, சமுதாயத்தின் அனைத்துத் தரப்பினரின் விளம்பரங்களும் ஏற்றுக் கொள்ளப்படுகின்றன. அவைகள் யாவும் மங்கையர் மலரின் கோட்பாடுகளுக்கு உட்பட்டு இப் பகுதியில் வெளியிடப்படும்.

◆ ஐயர், வடமாள், ஸ்ரீவத்ஸம், மகம், 33/5.7, எம்.காம்., சென்னையில் சொந்தத் தொழில், ரூ. 50,000/- மாத வருமானம் பெறும் வரனுக்கு பட்டதாரிப் பெண் தேவை. மொபைல் : 9840880458 பெட்டி எண் : 14780

◆ **Iyer, Brahacharanam, Bharathwajam, Visakam, 26, 5ft, 7", B.Com., MBA, PGDFM PGDCIM very fair, Associate Manager, Standard Chartered Scope International, seeks alliance from suitable Iyer girls. Ph : Natarajan 2242 1185. saisankara matrimony id : 47908/81 Box No. 14781**

◆ ஐயர், வடமாள், ஆத்ரேய, சதயம், 47 வயது, 5.3', பி.காம்., சொந்தத் தொழில் **(Rubber Play Ball Company) Rs. 7000/-** மணமாகாதவருக்கு தகுந்த மணப் பெண் தேவை. சட்டப்படி விவாகரத் தான மற்றும் விதவைகளும் சம்மதம். ஃபோன் : 0452-2692633 பெட்டி எண் : 14782

◆ **Iyer, Vadamal only son, Uthirattadhi, 39, plus two, Simpsons Permanent Job Annual Income Two Lakhs Owns Independent House looks young seeks good-looking girl. Subsect acceptable. Contact : 040-27966188, Box No. 14783**

◆ மாத்வா, கன்னடம், 45, சித்திரை நட்சத்திரம், ஆத்ரேய கோத்திரம், கன்னி ராசி, சொந்தத் தொழில் (ஆட்டோ) 6000/- மாத வருமானம், நல்ல பிராமின் பெண் வேலைக்குச் செல்லும் பெண் தேவை. பெட்டி எண் : 14784

◆ **Vadammal, Koundinya, Ayilyam, Kadagam 28/155cm, fair, BBA, CTO, MNC, Chennai, Rs. 40,000/- Subsect no bar, seeks UG/PG bride. 09443568800/ 0995252519 Box No. 14785**

◆ **Iyer, Vadamal, Bharathwajam, Swathi, 1976, 5.4', B.Sc., MCA, working as S.W. Engineer in MNC, Chennai 15,000 p.m., wheatish Own House seeks employed girl graduate or Post-graduate. Subsect no bar. Box No. 14786**

◆ வடமாள், ஆத்ரேயம், பூரம், 33, 6.2', **B.E., M.B.A., T.C.S.** சென்னையில் வேலை திருமணமாகி 10 நாட்களில் சட்டப்படி விவாகரத்து ஆனவர்க்கு பட்டதாரி ஐயர் மணமகள் தேவை. எளிமையான முறையில் திருமணம். பெட்டி எண் : 14787

◆ குருக்கள், பாரத்வாஜம், சதயம், வயது 29, 5.4', சிவப்பு நிறம், **MBA (Finance) Accenture (MNC), Chennai,** (சகோதரர் ஒருவர் - மணமானவர்) பட்டம் பெற்றுள்ள பணியில் உள்ள/பணிக்குச் செல்ல விரும்பும் நல்ல நிறமுள்ள குடும்பப்பாங்கான மணமகள் தேவை. தொடர்புக்கு : 044/26274781 பெட்டி எண் : 14788

◆ **Iyer, Vathimal, Avittam 2nd, 40/172/ DEE 30,000/- p.m., Legal Divorcee, well settled in Delhi, seeks suitable Brahmin bride, divorcee/widow also can apply. Refer TM-M617345 Contact : (M) 09811871718 Box No. 14789**

◆ **Iyer, Vadamal, Kousigam, Hastham, 35/5.8', fair, B.A., (MBA) Diploma in MMV, employed in Aviva, Insurance Company, Asst. Sales Manager, Chennai Rs. 30,000/- p.m., (Including Rs. 5000/- 'B' Natural Partnership income) seeks suitable girl. Subsect no bar. Phone : 044-06916061. Box No. 14790**

◆ **Wanted employed Professional Degree bride, above 157 cm, Middle Class to Iyer, Vadamal, Kousikam, Pooradam, Boy 30, 170 cm, B.E., MBA, Territorial Manager, ICICI Bank, salary**

உ



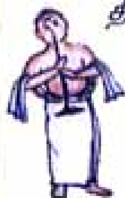
JAYA JAYA SANKARA
HARA HARA SANKARA

அசத்தலான உயர்தர திருமண சமையலுக்கு



SARASWATHI
CATERING SERVICE

தலைமுறையினர் வாழ்த்தும் அளவுக்கு உங்கள் இல்லத்தில் திருமணம் இருக்க வேண்டுமென்றால் சமையல், சாப்பாடு என்பது தான் மிகசிறந்தது! திருமணத்திற்கு சமையல் என்று சொன்னால் நினைவுக்கு வருவது பாரம்பரியம் சுவைமிக்க தென் இந்தியாவின் மிகச்சிறந்த ஒரே ஒரு முன்னனி ஸ்தாபனம்





சரஸ்வதி கேட்டரிங்

தலைமுறை தலைமுறையாக இத் தொழில் செய்து அனைத்து தரப்பு மக்களின் ஏகோபித்த ஆதரவை பெற்று அவரவர்கள் வசதிக்கேற்ப செய்து தருவது மட்டுமின்றி பல பெரிய மனிதர்களின் வீட்டு திருமணம், பல முக்கிய பிரமுகர்களின் வீட்டு திருமணம் என்று பார்ப்பவர்கள் வியக்கும் வண்ணம் மிகச்சிறப்பாக புதுமையான முறையில் சைவ உணவு வகைகளான தென்னிந்திய, வட இந்திய, Rajastani, Punjabi, Gujarathi, செட்டிநாடு, மலபார் உணவு வகைகள், SP Chat counter, SP Desert Counter, Continental Food, Chineese Food, Italian Food, என்று சைவ உணவில் எவரும் இதுவரை செய்திராத வகையில் மிக புதுமையான முறையில் பல விதமான உணவு வகைகளை பாரம்பரியம் மிக்க சுவையுடன் தாயுள்ளத்தோடு பரிமாறி உங்கள் வீட்டு திருமணங்களை ஏற்று மங்களவாத்யம் முதல் கட்டுசாதம் வரை (A to Z) என்று அனைத்து சுபகாரியங்களுக்கும் முன்னின்று செய்து தருவதுடன் இப்பூவுலகில் எல்லோரும் பெருமையடையும் வகையில் செய்து தனக்கென தனி சமையல் உலகின் சாம்ராஜ்யத்தின் ஒரே முன்னனி நிறுவனம் என்று பலர் பெருமையுடன் கூறும் வகையில் இருக்கும் ஒரே ஸ்தாபனம்



கல்யாணமா எங்களை கூப்பிடுங்க
நீங்களே பிரமிச்சுபோவீங்க

Ellorukkum Favourite

SARASWATHI
CATERING SERVICE

Insuvai Vendan **G. Subramani Iyer**

No.65, (old no. 30), Subramanian St., West Mambalam, Chennai - 33.
Off: 24742433 / 23719535 Cell: 98400 54900 Tele Fax: 24742433
Branch off: Coimbatore Ph: (0422) 2343710
E- Mail: insuvaivendhan@yahoo.com www.saraswathicateringservice.com

We undertake Marriage Catering all over India

Rs. 25,000/- R. Chandra Sekaran, Phone : 04142-292303, 98654-68704 Box No. 14791

◆ ஐயர், வடமாள், கௌசிகம் 1) பூசம், 47, 5.4', 20,000/- 2) ஹஸ்தம், 44, 5.6' 20,000/- சென்னையில் சொந்தத் தொழில்புரியும் பட்டதாரி சகோதரர்கள் இருவருக்கும் +2 அல்லது டிகிரி படித்த மணப்பெண்கள் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். போன் : 9790810713, 9940541713 பெட்டி எண் : 14792

◆ Alliance Sought for Brahacharanam, Bharathwajam, Visakam Boy aged 27 years 6.2' earning 10 L p.a. as Air Craft Engineer, preferably from girl employed on Engg. or Software. Send full details to Box No. 14793

◆ Iyengar, Kousikam, Visagam, 38 years, 170 cm, DECE, PGDH, CCNA, Computer Hardware Engineer, Muscat, Rs. 4 Lac + per annum, (Mutual Consent Legal divorcee), seeks Tamil homely, Brahmin girl. Subsects no bar. Contact Phone : 044-2815 7821. Box No. 14794

◆ Tamil Iyer, Brahacharanam, Kousikam, Pooram, 160cm, B.Com., M.C.S., PGDFM, Accounts Officer, TVS Madurai, Rs. 16,000 p.m., seeks suitable bride, Graduate girl, employed/not employed from decent family. Subsect no bar. Contact : 98942 01585, 9944842444 Box No. 14795

◆ Tamil Iyer, Vadamal, Bharathwajam, Visakam II, Feb. 1980, 5.11', B.Sc., working in Asian Paints (Officer Bombay) Owning Independent House, only son, seeks graduate Iyer girl. Employed/unemployed, Phone : 0712/ 2570333. Box No. 14796

◆ எஸ். மனோகரன், டி.எம்.ஈ., மருத்துவர், 32 வயது, என்ஜினியர், **Site Works, Chennai, Rs. 23,000/- p.m.,** பூரட்டாதி, கும்ப ராசி, பட்டதாரி மணமகள் தேவை. தொடர்பு : எஸ். பழனிவேலு, செல் : 94428-07649 பெட்டி எண் : 14797

◆ Iyer, Vadama, Kasyaba, Uthiram, 37/ 175, B.Tech., (ECE) MBA/15,000 p.m., Central Govt employed at Pondicherry good looking boy with clean habits, seeks suitable girl. Box No. 14798

◆ Tamil Iyer, Vadamal, Aathreya, Moolam, 27 years, 168 cm, (M.Sc.) B.Ed., working as BT Asst in Govt. School, clean habits, lean, seeks suitable preferably educated employed girl. Contact Phone : 04342-230630, 9442230630. Box No. 14799

◆ ஐயர், வடமாள், ரோகிணி, ஹரித, 35/170 **B.Sc., (MMM) Zambia**வில் வேலை. தகுந்த பட்டப்படிப்பு படித்த மணப்பெண தேவை. ✆போன் : 22242498, 080-4121365 **E.M.lakshmi_ggl@yahoo.com Box No. 14800**

◆ Vadama, Koundinya, Moolam-II, 1977, 182, ICWA, CA, CIMA, Bermuda, Bank seeks Vadama girl well qualified. 044-2265 1297 Box No. 14801

◆ Iyer, Vadamal, Bharatwajam, Thiruvathirai, 26/178cm, BE, employed in TCS, seeks suitable bride, Contact with horoscope phone : 9941467093, 2239559I : Mail ID : sudhamouli78 @yahoo.co.in Box No. 14802

◆ Iyer, Kausikam, Pooram, Brahacharanam, November 1982, B.Sc., D.NIIT, 174 cm, Senior Software Consultant in MNC, Chennai Rs. 6 Lakhs per annum, seeks suitable employed girls. Subsect no bar. Contact : 9444639558/28444742 Box No. 14803

◆ Tamil Iyer, Brahacharanam, Athreyam, Visakam, 28/5.7', fair, pursuing Ph.D., in USA, Getting

ஓம் ஸ்ரீ சாய்ராம்

LOVE ALL • SERVE ALL

ஸ்ரீ சாய் அரவிந்த் கம்யூனிட்டி ஹால்

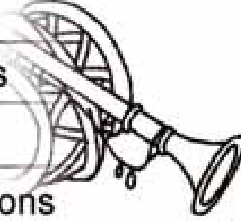
All

Seasons

Functions

Meetings

Celebrations



Centrally located, Reasonable Hall Rent

One Venue

SRI SAI ARVIND COMMUNITY HALL

Air Conditioned Hall & Rooms

1, Bhagirathi Ammal Street, R.A. Puram, Chennai - 600 028.

☎ 2493 3057, 98417 25243

ஸர்வே ஜனா ஸுகினோ பவந்து

லோகா ஸமஸ்தா ஸுகினோ பவந்து

ஸ்ரீ மாதா புவனேஸ்வரி துணை

கணபதி ஹோமம், நவக்ரஹ ஹோமம் வ்யாதிகள் நீக்க தன்வந்த்ரி ஹோமம், ம்ருத்யு பயம் நீங்க அமிர்த ம்ருத்யுஞ்சய ஹோமம், ஸ்வயம்வர கலா பார்வதி ஹோமம், சகல தோஷங்களும் நீங்க ஸ்ரீ மஹா ஸுதர்ஸன ஹோமம், புத்ரபாக்யம் உண்டாக சந்தான கோபால ஹோமம் (மூலிகை மருந்துடன்), ஜாதக ரீதியாக பரிகார ஹோமங்கள் மற்றும் **உபநயனம், கல்யாணம் சீமந்தம், சஷ்டி அப்த பூர்த்தி, சதாபிஷேகம், ஆயுஷ்ய ஹோமம்** அனைத்தும் சீர்ய முறையில் நன்றாக செய்து தரப்படும்.

மேலும் தமிழகத்தின் மிகப்பெரிய கோவில் நகரமான கும்பகோணத்திற்கு அருகில் உள்ள ஸ்ரீ வாஞ்சியத்தில் 10.6.2008 அன்று பித்ரு சாப நிவர்த்திக்காக **திலஹோமம்** S. நாகராஜ சாஸ்திரிகள் அவர்களால் சமஷ்டியாக நடத்தப்பட உள்ளது.

மேற்படி ஹோமத்தில் கலந்து கொள்ள விரும்பும் ஆன்மீக அன்பர்கள் பெயர், கோத்ரம், நக்ஷத்ரம் போன்ற விவரங்களுடன் ரூ. 4500/-க்கான DD / Cheque S. Rajan என்ற பெயரில் அனுப்பி தங்கள் பெயரை பதிவு செய்து கொள்ளவும்.

(மேற்கண்ட தொகை தம்பதியினர் கும்பகோணம் போகவர செலவு, சாப்பாடு, ஹோம செலவு, அன்னதானம் உட்பட)



விவரங்களுக்கு அணுகவும்.

S. நாகராஜ் சாஸ்திரிகள்

12, மஹாலக்ஷ்மி நகர் முதல் குறுக்குத் தெரு, ஆதம்பாக்கம், சென்னை - 600 088.

போன்: 6564 5729 செல்: 92834 02195, 9282435572

சகல திருமண ஏற்பாடுகளும் செய்து தரப்படும்.

திருமண மலர் - விளம்பரக் கட்டண அறிவிப்பு

திருமண மலர் விளம்பரக் கட்டணம் முதல் 30 வார்த்தைகளுக்கு ரூ. 500/- அதிகப்படியான வார்த்தை ஒவ்வொன்றுக்கும் ரூ. 15/- வண்ணத்தில் 'ஹைலைட்' செய்ய ரூ. 100/- கூடுதலாக அனுப்பவும். வண்ணப் புகைப்படத்துடன் (1" X 1") வெளியிட ரூ. 800.

Stipend seeks good-looking girl with respectable family. Subsect no bar. Mobile : 94449 27432; 98413 27426. Box No. 14804

◆ Smartha Kannada Iyer, Gowthama, Pooradam, 26, 6', Handsome, BE 35,000/- p.m., Engineer in Reputed Company in Chennai seeks graduate fair, homely girl. Subsect acceptable. Phone : 9894230556 BoxNo. 14805

◆ Iyer, Brahacharanam, Kasyapa, Swathi, 178, September 1971, Diploma in Airconditioning and Refrigeration Own Business, Coimbatore seeks suitable girl. Subsect no bar. 0422-2425239, 9842275041 Box No. 14806

◆ ஐயர், அஷ்டசகஸ்ரம், காசியபம், பூசம், 38/165 M.Sc., M.Phil., B.Ed., விரிவுரையாளர், சென்னை ரூ. 15,000/- படித்த வேலையிலுள்ள குடும்பப்பாங்கான பெண் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். எதிர்பார்ப்புகள் எதுவுமில்லை. போன் : (044) 22234149 பெட்டி எண் : 14807

◆ **Iyer, Brahacharanam, Athreya, Pooram, 28/173, B.E., Delhi based, Salary 7 L + p.a., seeks beautiful, smart, slim, fair, well educated, working respectable family girl. Subsect no bar. Send details with Photo & Horoscope to email : gvr5225@indiatimes.com Box No. 14808**

◆ தமிழ் ஐயர், அஷ்டசகஸ்ரம், பாரத்வாஜ கோத்திரம், அவிட்டம் 2ம் பாதம், 161 செ.மீ., 27 வயது, எம்.சி.ஏ., சீனியர் சாஃப்ட்வேர் என்ஜினியர் வர னுக்கு படித்த வேலையில் உள்ள/இல் லாத மணமகள் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். ஃபோன் : 044-2486 4656, 9444538884 பெட்டி எண் : 14809

◆ ஐயர், வடமாள், கௌசிகம், அசுவினி, செப்டெம்பர் 1976, எம்.சி.ஏ., சீனியர் மானேஜர், U.S., M.N.C. சென்னையில் பணிபுரியும் வரனுக்கு குடும்பப்பாங் கான மணமகள் தேவை. ஃபோன் : 044-2474 5132 பெட்டி எண் : 14810

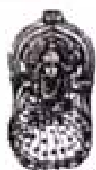
◆ Smartha Desistha, Brahmin, Vasishta Gothram, 32 years, Pooram, 5.3', B.Sc., Software Engineer in Mumbai, very good salary, Legally Divorced seeks suitable homely good looking any Brahmin girl employed (or) unemployed. Phone : 044-24412596. Box No. 14811

◆ **Iyer, Vadamal, Athreya, Chitirai-3, 30 years, 180cms, H.R. Manager, MNC, B.Com., MLM, MBA, PGDPM, PGDCA, salary 46,000/- p.m., seeks graduate girl. Subsect no bar. Contact : 42033130/9962231104 Box No. 14812**

◆ Iyer, Vadamal, Sukla Yajur, Mowthgalyam, Krithigai first padam, Feb. 1975, M.Com., Private Company 12,000/- seeks educated homely girl. Subsect no bar. Contact : 9962336208, 9791132826 Box No. 14813

◆ Madhwa Desistha, Marathi, Athreya, Ayilyam, Kataka Rasi, 30 years, Ht. 5.8, B.Sc., M.Sc., I.T., employed as Sr. Software Engineer in MNC, Chennai seeks a homely girl. Box No. 14814

◆ Tenkalai Iyengar, Bharathwajam, Thiruvathirai, 17.8.1971, M.A., Hotel Management, Own Business, Income Rs. 25,000 per month (no father), seeks bride. Any Brahmin accepted.



சாரதா கேட்டரிங் சர்வீஸஸ்



ஹோம்லி டேஸ்ட் | பணிவுடன் பணிவிடை

- திருமணம் மற்றும் அனைத்து விசேஷங்களுக்கும் A to Z
- **கோலம் முதல் கட்டுசாதம்** வரை

அனைத்து ஏற்பாடுகளையும் செய்து தருகிறோம்.



சென்னை மற்றும் தென் இந்தியா முழுவதும்

Our Service for Marriage is Speciality

No. 12, New 25, Velunaicken Street, West Mambalam, Chennai - 33.

போன்: 2474 6111, 2474 2721, செல்: 98400 68088

SHARADHA STORES

SINCE 1974

51, Aryagowder Road, **WEST MAMBALAM** - ✆ 2489 3223
27, Subbah Reddy Street, **WEST MAMBALAM** - ✆ 2471 0109
30, 4th Main Road, **NANGANALLUR** - ✆ 2224 5191

- Fresh Butter
- Pure Ghee
- Cow Ghee
- Pooja Items
- Sharadha Appalam

பண்டிகை கால பட்சணங்களுக்கு ஒரு பாரம்பரிய நிறுவனம்

சங்கம்

♪♪ இன்னிசைக்குழு

...with 20 Years Experiance

Phone : 044 - 2476 7604
Mobile : 98414 60521, 98412 43503.

(Tamil, Telugu, Malayalam, Hindi)
[தமிழ்,தெலுங்கு, மலையாளம், இந்தி]



உங்கள் இல்ல சுப விசேஷங்களில்

இசையால்...

வசமாக்க...





R.T.M. Complex, No. 60, Arcot Road, Porur, Chennai - 116.
(Opp. Hotel Grand Residence)

Contact : Mother Indira - 9884730779, Sister Usha : 9884525351 Box No. 14815

◆ தெலுங்கு பிராமின், கொனசீமா, உத்திரட்டாதி, வாதூலம், 34, 172 செ.மீ., ACS, BL, கோயம்புத்தூரில் கம்பெனி செகரெட்டரியாக பணிபுரியும் மணமகனுக்கு, படித்த தெலுங்கு/ தமிழ் பிராமண மணமகள் தேவை. மொபைல் : 9245390106/9442652184 பெட்டி எண் : 14816

◆ Iyer, Vadama, Viswamithra, Hastham, 30/DME, 160cm, Own Business, Rs. 20,000 p.m., fair, clean habits, seeks homely good-looking girl. Subsect aceptable. Ph : 044-22237715. Cell : 9952363530. Box No. 14817

◆ Iyer, Vadamal, Srivatsam, 1980, Pooradam, fair, 5.8', B.C.A. MBA, Salary Rs. 30,000/- p.m., Jindal Steel and Pharmaceutical Ltd., good-looking, educated girl from respectable family. Contact with horoscope and details. Phone No. 044-22485381 Box No. 14818

◆ Vadamal, Vadoolam, Rohini, 40, Bachelor, B.Com., 5.8', Pvt. Co., 2 Lakhs p.a. seeks employed girl. Subsects/any Brahmin caste O.K. Divorcees excuse. Simple marriage. Phone : 2242 1082 Box No. 14819

◆ Iyer, Thanjavur, Vadamal, Athreya, Thiruvadhirai, 9.1.82, 5.7', MCA, SW Engineer, Microland, Bangalore Rs. 20,000/- per month seeks decent girl employed in Bangalore or Transferable. Contact : 0870-2567744. Cell : 09849233872, 099083 50954. Box No. 14820

◆ ஐயர், பிரஹசரணம், காஸ்யபம, அவிட்டம், 31/170, பி.காம்., சார்டர்ட் அக்கவுண்டன்ட் கம்பெனியில் ஆடிட் அஸிஸ்டெண்ட், ரூ. 8000/- மாத வருமானம், மற்றும் எல்.ஐ.சி., ஜி.ஐ.சி., ஏஜெண்டாக பணிபுரியும் பையனுக்கு பட்டதாரி மணப்பெண் தேவை. எளிய திருமணம். எதிர்பார்ப்புகள் இல்லை. உட்பிரிவு சம்மதம். போன் : 044-6587 8923. பெட்டி எண் : 14821

◆ Iyengar, Vadagalai, Koushigam, Poosam (4), 1975, 5.11', B.E., Product Manager, SIFY Chennai, 45,000/- p.m., seeks suitable bride. Left Eye Defective. Contact : 044-43581628. Box No. 14822

◆ Vadamal, Kousikam, Bharani-3, Dec. 73, B.Sc., (MBA), 22,000/- Sr. Executive Ltd., Co., seeks Graduate employed girl, S. Rajaraman, Sanjeevi Flats, 2/8 Sri Devi Amman Street, Subash Nagar, Chromepet, Chennai - 600 044. Cell : 9884247635, 9382330427 Box No. 14823

◆ Iyer, Brahacharanam, Haritha, Avittam, Kumbha Rasi, Oct. 1979, 5.9, B.E., employed in HCL Chennai, seeks suitable bride. Mother alive. Younger sister married. Contact : 9840724085 Tamil matrimony - M840323 Box No. 14824

◆ Iyer, Brahacharanam, Logitham, Uthiram 3rd, 27/178 cm., B.Sc., MBA, GNIIT, working in Public Ltd., 3.5 Lakhs p.a. clean habits, seeks graduate working/Non-working bride. Only son, Own House. Contact : 044-22246472. Tamil Matri ID M1099203 Box No. 14825

◆ Iyer, Ashtasahasram, Makam, Kasyabam, 33 year, MBA, Muscat, 12 Lakhs per annum, family Visa, Seeks suitable homely girl. Subsect no bar. 044-2244 7880. Box No. 14826

◆ வடமாள், ஸ்ரீவத்ஸம், மகம், 30/5.5', M.A., MCSA (MBA) Rs. 12,000/- சென்னையில் தனியார் நிறுவனத்தில் System Administrator பணியிலுள்ள மாநிறமுடைய வரனுக்கு டிகிரி (அ) +2 படித்த நடுத்தரக் குடும்பத்திலிருந்து

பெண் தேவை. தொ.பே. எண் : 044-22253798. பெட்டி எண் : 14827

◆ ஜூலையில் வரவிருக்கும் வடமாள், ஆத்ரேய உத்திர (3) **1976/5.11' PG in Fin Canada Settled** பையனுக்கு **graduate above 5.3' bride from simple family (TM M1043455) Box No. 14829**

◆ **Iyer, Vadamal, Haritha, Punarpoosam, Fair, 30, 5.8', M.Sc., B.Ed., Physics, Teacher in Reputed School in Chennai Rs. 18,000/- Own House seeks Graduate employed/ unemployed girl. Contact : S. Sethuraman, 43521213; 9840227357 Box No. 14830**

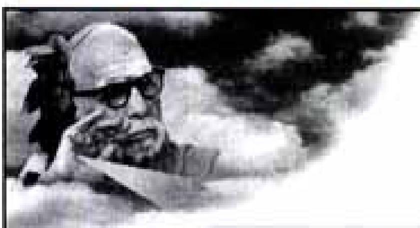
◆ ஐயர், அஷ்டசகஸ்ரம், காச்யப ரோகிணி, 35/168 பி.காம்., அபுதாபியில் வேலை 9 லட்சம் வருட வருமானம் உள்ள பையனுக்கு மணமகள் தேவை. எதிர் பார்ப்பு இல்லை. உட்பிரிவு சம்மதம். ஃபோன் : 044-22494049/ 09980135280 பெட்டி எண் : 14832

◆ **Iyer, Vadamal, Bharadwajam, Poorattadhi, 35/5.6', B.Com., Asst. Manager, Finance, IBM, Bangalore, 6Lacs per annum, seeks suitable employed graduate girl. Ph : 044-2371 9055 Box No. 14833**

◆ ஐயர், வடமாள், ஸ்ரீவத்ஸம், சித்திரை - 1, 5.11', பி.ஏ., 26, வருமானம் ரூ. 9000/- தனியார் படித்த வேலையில் உள்ள பெண் தேவை, உட்பிரிவு சம்மதம். ஆர். ஜெயபால், நெ. 6, எம்.ஜி.ஆர். தெரு, மணவாளன் நகர், பழைய பெருங்களத்தூர், சென்னை - 63 செல் : 9710693500 பெட்டி எண் : 14834

◆ **Iyer, Brahacharanam, Sankrtihi, Poosam, 1977, 5.4', BA (Eco) E. Comm. NIIT, Dip. SISI employed Citi Group Global Services 20,000/- p.m., seeks suitable employed Brahmin girl. Father, Mother both retired. Contact : 044-23640701 Box No. 14835**

◆ **Iyengar, Vadagalai, Bharadwajam,**



ஸ்ரீ சுவாமி நாத சுவாமி சஹாயம்

ॐ

இந்தியாவின் சிறப்புமிக்க முன்னணி ஸ்தாபனம்

SGS

Sri Gomathi Sankar Catering Service

ஸ்ரீ கோமதி சங்கர் கேட்டரிங் சர்வீஸ்

Master Cook Catering Contractors



சமையல் சக்கரவர்த்தி

மாம்பலம் G. சங்கர் ஐயர்

பாரதம் முழுவதும்

15/6, Nayakkamar Street, Near Postal Colony, West Mambalam, Chennai - 600 033.

Ph: 2371 2318 Cell: 98411 13559, 93810 53924, 2483 2334 (R)

இந்த இதழில் பிரசுரமாகும் பெட்டி எண் விளம்பரதாரருக்கு பதில்கள் அனுப்ப கடைசி தேதி 10/7/2008. பதில்கள் அனுப்ப வேண்டிய முகவரி : பெட்டி எண் : .... C/o மங்கையர் மலர், 47, ஜவாஹர்லால் நேரு சாலை, ஈக்காடுதாங்கல், சென்னை - 600 032.

Mrigaseersam, 33, 175cm, M.A., Ph.D., Lecturer in Private College 14,000/- p.m., innocent issueless Legal Divorcee seeks girl from respectable family. Divorcee excuse. Contact : S. Seetha 044-26800282 Box No. 14836

◆ Sairam, Iyer, Vadamal, Srivatsam, Uthirattathi, 33/165 BA, BLIS Pvt. employed/Business 1.8 lacs pa Owns Flat, Chevvai in 7th Neecham seeks employed/unemployed girl. Horoscope Optional. Contact : 9283232137 Box No. 14837

◆ வடகலை, ஐயங்கார், பாரத்வாஜம், அவிட்டம், 34/5.9 (செவித்திறன் குறைந்த) தனியார் வேலை, மாதம் 2000/- + சகல வசதிகளுடன் கூடிய சொந்த வீடு + வாடகை 6000/- 5-ம் வகுப்பு பையனுக்கு, படித்த/ படிக்காத பிராமண பெண் தேவை. சிறிய ஊனம் பரவாயில்லை. எதிர்பார்ப்பு இல்லை. செல் : 9444187341 பெட்டி எண் : 14838

◆ **Mudaliyar, Sadayam, Kumba Rasi, 28/ 6 feet, fair complexion, B.Com., MBA, AICWA, MNC Job, 7 Lacs p.a., seeks graduate girl with good family background. Subsect no bar. Contact : 0435-2441261 Box No. 14839**

◆ ஐயர், காஸ்யபம், ரேவதி, 35/ 5', ரூ. 10,000/- மாத வருமானம், சட்டப்படி விவாகரத்தான பையனுக்கு மணமகள் தேவை. பிராமணர்களின் எல்லாப் பிரிவும் சம்மதம். எதிர்பார்ப்புகள் எதுவுமில்லை. சென்னையில் சொந்த ப்ளாட் உள்ளது. போன் : 044-22240256. பெட்டி எண் : 14840

◆ Mudaliar Groom, Sr. Software Engineer, 29, 5.7', B.Sc., MCA, MNC, Chennai Monthly Rs. 50,000/- Star Poorattadhi, seeks fair, good-looking graduate girl 23/26 same community. Contact : 080-2545 8685, 94492 77424 Box No. 14841

◆ Telugu Brahmin Velanadu Srivathsa, Maham June 1979/177, MCA employed Leading Software Company, Decent Salary, Clean Habits, seeks homely educated girl. Raahu or Kethu in Lagnam or Second Place preferred. Phone (044) 2231 5986 Box No. 14842

◆ Unmarried Vadamal/Kaushik, Uttarattadhi, 1969, 6 feet, B.Com., working with Private Co., Mumbai, 17,000/- p.m., seeks +2 or Graduate/ employed or un-employed. Widow : without child acceptable/Divorcee - Excuse. Mobile No. 09819709823 Box No. 14843

◆ Madhwa, Kannada, Balaganadu, Athreyam, Swathi, Oct. 1966, 175 cms, BA (Eco) (ICWA) working as Accountant Pvt. Rs. 12,000/- p.m., preferred +2/Degree bride. Brahmin/ subsect no bar. Box No. 14844

◆ Iyer, Vadamal, Bharatwajam, Poorattadhi, 1965/175 cm, Graduate, System Executive Public Ltd., Chennai, Rs. 30,000/p.m., fair, Legally Divorced, seeks homely, affectionate girl divorcee/Widow without Child acceptable. Contact : 044-4210 7973, 9840357792 Box No. 14845

◆ Iyengar, Tengalai, Uthiradam 4 Sandilya 35, Hindi MA, employed MNC Advertising Rs. 8.5 lacs per annum seeks employed/Non-Employed girl. Simple marriage. Subsect no bar. Graduation Not Essential. Own Flat at Chennai. Box No. 14847

◆ வடமாள் ஐயர், வாதூலம், பூராடம், B.E. (ICE) nit, திருச்சி 28 வயது, உயரம்

திருமண மலர் பகுதியில் இடம்பெறும் விளம்பரங்கள் அனைத்தும் விளம்பரம் செய்பவர்களின் கையொப்பத்துடன் ஏற்றுக் கொள்ளப்படுகின்றன. மணமகள் அல்லது மணமகன் பற்றிய வயது, வருமானம், அந்தஸ்து உள்ளிட்ட இதர விவரங்கள் விளம்பரதாரர் தரும் குறிப்புகளின் அடிப்படையில் பிரசுரிக்கப்படுகின்றன. இந்த விவரங்களைக் கொண்டு தொடர்பு கொள்ளும் பெற்றோர்கள் அவை சரியான விவரங்களா என்று தனிப்பட்ட முறையில் விசாரித்து உறுதிசெய்து கொள்வது நல்லது. மேலும் வாழ்க்கைத் துணையைத் தேர்ந்தெடுக்கும்பொழுதே மருத்துவப் பரிசோதனையும் மேற்கொண்டால் பிறவிக் குறைபாடுகளுடன் குழந்தைகள் பிறப்பதைத் தடுக்கலாமே!

- பதிப்பாளர், மங்கையர் மலர், சென்னை 600 032

5.9', வரனுக்கு நன்றாகப் படித்த குடும்பப்பாங்கான வடமாள் பிரிவு, பட்டதாரி பெண் தேவை. **Bangalore IT firm,** ஆண்டு வருமானம் ரூ. 10 லட்சம், போன் : 0431-2592023. **Bharat matrimonial M 121 1373 Box No. 14849**

◆ **Iyer, Brahacharanam, Srivatsam, Hastam-I, M.S. (US) Design Engineer (US) Age 26 Height 183 cm, well-to-do Orthodox family. Seeks bride from Brahacharanam. Ph. No. 0431-2481868, 69 Cell No. 94433-81864 Box No. 14850**

◆ **Tamil Iyer Vadamal, Koushikam, Swathi, 6th July 76, 178 cm, Fair, MS IT & Management, Project Manager, IGate, Chennai, Salary Rs. 8.5 Lacs p.a. seeks suitable bride, age difference 3-6 acceptable. C. Sankaranarayanan, Ph : 044-2366 1825 Cell : 9962594199 Box No. 14852**

◆ **Iyer, Vadamal, Kousika, Thiruvadhirai, 36, 6', looking young, A.C.A. working in MNC, Chennai, smart seeks girl, unemployed, good-**

உ

ஸ்ரீ மதுரகாளி துணை





ஆனந்தா கேட்டரிங் சர்வீஸ்

ANANDHAA CATERING SERVICE

WE UNDERTAKE MARRIAGE
& OTHER FUNCTIONS
CONTRACT ON A TO Z BASIS

K. BALAJI - Catering Contractor

37, Nagarathinammal Street, Janaki Nagar, Valasaravakkam, Chennai - 600 087.
Ph : (044) 6539 3094 Mobilie : (0) 98401 39130, 98409 39130, 92824 17287

looking from respectable family. Ct Ph : 044-2498 5580 Box No. 14853

◆ Iyer, Vadamal, Bharatwajam, Kettai, 20.02.1971, 5.9', Graduate Second Hand Car buying & selling Own Business five lakhs per annum, seeks bride. Subsect no bar. Ph : 2495 0158, 98415 71026 Box No. 14854

◆ Iyer, Vadamal, Bharathwajam, Thiruvonam, 24/03/1968, 5.10", Five Lakhs per annum (Legal Divorcee marriage lasted for 10 month) Own Flat, Partner with Flat Promoter seeks suitable bride. Subsect no bar. Ph : 24950158, 98415 71026 Box No. 14855

◆ Iyer, Vadamal, Paurakutsa, Moolam, 28/172, very fair, B.E., MBA., employed in MNC, Chennai, 8.5 lac p.a. seeks professionally qualified good-looking girl. 044-2247 2445. vijswam@rediffmail.com Box No. 14856

◆ Wanted bride from decent family for Tamil Bharadwaja, Vathimal Boy, Sadhayam 31/5.7', B.Com., A.C.A. working in International Audit Firm, Mumbai. Subsect no bar. Phone : 022-2567 3312 Box No. 14857

◆ Iyer, Vadamal, Kousigam, Pooradam, 1972/178 cm., C.A. (Inter), SAP, Senior SAP Consultant, MNC, Rs. 1 Lac per month, fair, Medium built, seeks suitable girl. Ph : 2432 6215 Box No. 14858

◆ Iyer, Tamil, Srivatsam, Aswini, Brahacharanam, B.E., MBA, Inspn. Engineer, Oman/Muscat, 30/165, good salary, seeks educated, good-looking girl from good family, age 25-29/152-163, Subsect no bar. Contact : 044-2479 1473, 9840035466. Box No. 14859

◆ Iyer, Vadamal, Athreya, Mrigaseersham, 32, 5.10', B.Com., Area Sales Manager, Elite India Ltd., Rs. 35,000/- p.m., seeks suitable employed girl. Phone : 044-24420665 Send horoscopes to Box No. 14860

◆ ஐயர், வடமாள், வாதூலம், உத்திரம்-2, 26.5.1969, சுத்த ஜாதகம், 170 செ.மீ., டி.எம்.ஈ., சொந்தத் தொழில், 11 வருடங்கள் சென்னை, மாதம் ரூ. 20,000/- குடும்பப்பாங்கான பெண் தேவை. எதிர்பார்ப்பு இல்லை. சொந்த வீடு உண்டு. வி. சுந்தரம், 12/4 ஜே.பி. தெரு, 2வது மாடி, மேற்கு மாம்பலம், சென்னை - 33. ஃபோன் : 2488 1665/2658 6035 மாப்பிள்ளை சந்திரசேகர்.

◆ Iyer Boy, Vadamal, Haritha, Karthigai, 26/170 cm, BE Pollaris 6 Lacs pa seeks good family girl, R. Gurumurthy (BHEL Retd) GB 12 Sivasjayam Apt, 3rd Street, Ragavareddy Colony, Ashok Nagar, Chennai - 83. Ph : 044-43597353.

◆ Saiva Pillai parents seeks bride for Son 32/176 cm, girl should be good-looking, educated, employed. C.S. Gomathy, C1/705, May Fair Tower, Charmwood Village, Suraj Kund Road, Fandabad 121009. Hariyana.

◆ Iyer, Vadamal, Bharathwajam, Visakam, 1982, 167 cm, MBA, BHM & CA, employed International Airlines @ Hyderabad. Seek's employed P.G. girl from decent background Contact : Cell : 9949545458 Send Bio-data N. Seetha Raman, F.No. 1B-10-3-35, Ist Floor, Maruthi Residency, East Mared Pally, Secunderabad - 26.

◆ பிரஹசரணம், பராசர கோத்திரம், அனுஷம், 42 வயது, தனியார் பள்ளியில் பட்டதாரி ஆசிரியர், மாத சம்பளம் ரூ. 9000க்கு 30 வயதுக்கு மேற்பட்ட மணமகள் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். முகவரி : ஜி. குப்புசாமி, 4/909 மொகப்பேர் (மேற்கு) சென்னை - 600 037. ஃபோன் : 044-26531824

◆ Wanted bride upto 39 years for Tamil Iyer, Vadamal, Naidruvakasyapa, Ashwini, 1967, 170 cm, B.Sc., Electronics MBA, employed Mumbai Brahmin mixed parantage, acceptable. Contact : Flat 21, Anuradha Complex, Bhaupatil Road, Kirkee, Pune - 411 020. Phone : 020-25818702, 9890001857 vishuiyer@rediffmail.com

◆ Tanjore Iyer, Vadamal, Nitrakashyapa Gothram, Revathi, Jan '80/168cm, B.E. (CS)/Infosys, Hyderabad seeks fair, good-looking, educated, employed/unemployed home-loving girl from respectable family below 24 years. Contact : Mrs. Vasantha Ramanathan, Flat No. 205, Block 'A' B.N.R. Apartments, Upperpally, Hyderabad - 500 048. Phone No. 040-24012847

◆ P. Vasudevan, M.Com, LLB, Advocate works contracts Civil Tamil Iyer Vadamal Gargya Rohini, Birth 21-05-1966 at Bhopal Madhya Pradesh Evening 6-10 PM Settled Bhopal fair, clean habits, 5.11', seeks bride good Sanskars. Subsect no bar. Contact : T.S.Padmanabhan, Qr. No. 11/14 North T. T. Nagar, Bhopal - 3 PC 462 003 Cell : 94244 67368

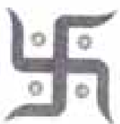
மணமகன் தேவை

◆ Iyer, Kashyapa, Bharani, 07.07.1980, 5.5, working as Senior Software Engineer girl in Multinational Company seeks teetotaller, professionally qualified India/Abroad groom. Contact : 98407 93529, (044) 43550250 email : may12_1974@yahoo.com Box No. 20101

◆ Iyer, Brahacharanam, Koundinya, Punarpoosam, 1980, MBA working







திருமணம் மற்றும்

அனைத்து சுப காரியங்களுக்கும்

ஹோமங்கள், பூஜைகள், சிறந்த முறையில்

நடத்திக் கொடுக்கப்படும்.

விபரங்களுக்கு:

ஆதம்பாக்கம் S. மணிகண்டன் சாஸ்திரிகள்

S/o. தூத்துக்குடி (லேட்) அம்பிவாத்தியார்

போன்: 2253 1598 | செல்: 98403 88087

ஜூலை 2008 மாத இதழுக்கான திருமண மலர் விளம்பரங்கள் எமது அலுவலகத்திற்கு வந்து சேர வேண்டிய கடைசித் தேதி : **5.6.2008**

Insulin dependent Type I good control healthy girl wants Iyer groom, healthy well cultured qualified settled Teetotaller. Subsect no bar. Contact : 9442277946, 98412 61942 Box No. 20102

◆ Madhwa Kannada Sownaka, Rishabham, Krithika girl, M.Sc., B.Ed., 35, 163 cm, wheatish slim, homely seeks alliance from decent family, professionally well qualified Madhwa Kannada. Subsect no bar. Reply with horoscope Bio-data. Box No. 20103

◆ Padma Velama Naidu girl, 24, Avittam, Sevvai Dosham, BE Infosys, Chennai, wanted BE/ MBA groom below 30 possessing house in Chennai. Contact : rvenkatesalu@gmail.com Box No. 20104

◆ Parents seek alliance for daughter Iyer/Makam/28/5.4', fair, smart, good-looking, BE, Business Analyst in reputed media firm in Los Angeles USA from individuals from same caste, 74-79 born, professionally qualified and preferably working in LA/ California area. Tamil Matrimony.com id M1173323 Contact : (0) 9841579822/044-24811513 email : sriraghavendra2007@gmail.com Box No. 20105

◆ Iyer, Ashtasahasram, Shadamarshana, Revathi, 24/4.6', fair, BMS, PG & B.Ed., (Special Education) working in Mumbai as Special Educator in School for Autism Children, seeks well qualified grooms. Subsect no bar. 044-24511460, 022-26285577 Box No. 20106

◆ Tamil Iyer Gurukkal, Kashyabam, Bharani October 1980, 150 cms, Fair, MCA, Software Engineer, MNC, seeks Professionally qualified Iyer groom MCA/BE/MBA preferred. Subsect no bar. Reply with horoscope. Phone : 0416-2247929 Cell : 9944910711 Box No. 20107

◆ Iyer girl, Krithikai, 28, 10th, Hearing Impaired, Heart Surgery, Undergone, Child Birth Risky. Brahmin Boy with same Disability upto 35, willing to Relocate in Coimbatore with our Support. Ph : 0422-6535163. Box No. 20108

◆ Iyer girl, Bharadwajam, Brahacharanam, Avittam, B.Com., PGDBA, 1983, 165 cms, fair employed seeks professionally qualified well employed Boy upto 30 years. Contact : 011-2336 4719 jd.bala@yahoo.co.in Box No. 20109

◆ Tamil Iyer, Vadama, Kousigam, Makam, 155 cm, B.Tech., NIT Tiruchy working at Chennai seeks professionally qualified Vadamal Boy age between 26-29 preferably in Chennai/Bangalore with salary above Rs. 30,000/- Tamil Matrimonial No. M 1187260 Contact : 0431-2702815/ 94435 32363 Box No. 20110

◆ Iyer, Vadamal, Paurkutsa, Sadayam, 25/5.3', very fair, B.Com., MBA, employed Chennai Ford Ltd., 3.5 lac. p.a. seeks professionally qualified well salaried Boy. 044-2247 2445/ vijswam@rediffmail.com Box No. 20111

* தபால் மூலம் விளம்பரம் அனுப்பும் விளம்பரதாரர்கள், தங்கள் பெயர், முகவரி, தொலைபேசி எண் மற்றும் விளம்பர வாசகங்களை தெளிவாகப் புரியும்படி எழுதுமாறு கேட்டுக் கொள்கிறோம்.

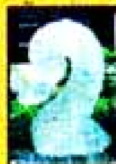
* பெட்டி எண் விளம்பரங்களுக்கு வரும் கடிதங்கள், அந்தந்த பெட்டி எண் விளம்பரதாரர்களின் விலாசங்களுக்கு 15 நாட்களுக்கு ஒருமுறை வீதம், 3 தவணைகளில் அனுப்பப்படுகிறது. அவற்றிற்கு பதில் எழுதுவது/எழுதாமல் இருப்பது, அந்தந்த விளம்பரதாரரின் விருப்பமே. இதில் நாங்கள் தலையிட இயலாது.

◆ **Iyer, Vadama, Srivatsa Gothram, Mrigasirisham, BE, MS 26/157 seeks MS/MBA/Ph.D., Boy working in United States. Send BHP or Contact : 044-24468846 Box No. 20113**

◆ **Iyer, Brahacharanam, Kapi Gothram, Ayilyam, 26.2.1983, 5', M.Com., ERNESA & IOUND International Bangalore. Rs.3,00,000/- per month girl seeks suitable groom. 033-24300618 Box No. 20114**

◆ உப்ர நாயுடு, தெலுங்கர், கோவர்த்தன கிரி கோத்திரம், வயது 29, உயரம் 5.6', பெண்ணிற்கு தகுந்த மணமகன் தேவை. ஃபோன் : 9884662434 திருமதி ருக்மணி, 48/10 18வது கிராஸ், இந்திரா நகர், சென்னை - 20.

◆ **Tamil Viswakarma, Anusham, 24, 168 cm, wheatish good-looking girl, BABL Advocate, Practicing in Coimbatore combined Courts. Seeks below 29. Doctor, Advocate, Engineer, MBA. Contact : Biodata, Horoscope, photo. www.bharatmatrimoney.com ID M1118015 www kmmatrimony.com ID No. 302038. anithalawyer@yahoo.com Ph : 0422-2252398 A. Krishnan, 13, Rice Mill Road, Kuniamuthur P.O., Coimbatore - 641 008**

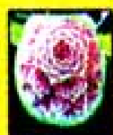



காய்கனி ஐஸ் சிற்ப அலங்காரம்

எங்களது கைவண்ணங்கள்

வெஜிடபுள் கார்விங் • ஐஸ் கார்விங் • பழவகை கார்விங்

வெஜிடபுள் சாலட் மற்றும் பல...




SRI SAI CREATORS

(The professional Carving People)

திருமணம் • ஹோட்டல்கள் • ரெஸ்டாரண்ட் • கம்பெனி விழாக்கள் மற்றும் அனைத்து விசேஷங்களுக்கும் யாவரும் பாராட்டும் வண்ணம் கைதேர்ந்த முறையில் கார்விங் செய்து தருகிறோம்.



We Undertake carving all Over India

Head Office: # 28(Old # 49), 1st Floor, South Usman Road, T.Nagar, Chennai-17.
Branch : #18, Srinivasa Nagar, Vayalur Main Road, (Near Sivam Complex) Puthur, Trichy - 17.

For Bookings : 044 - 65697799, 98846 14599

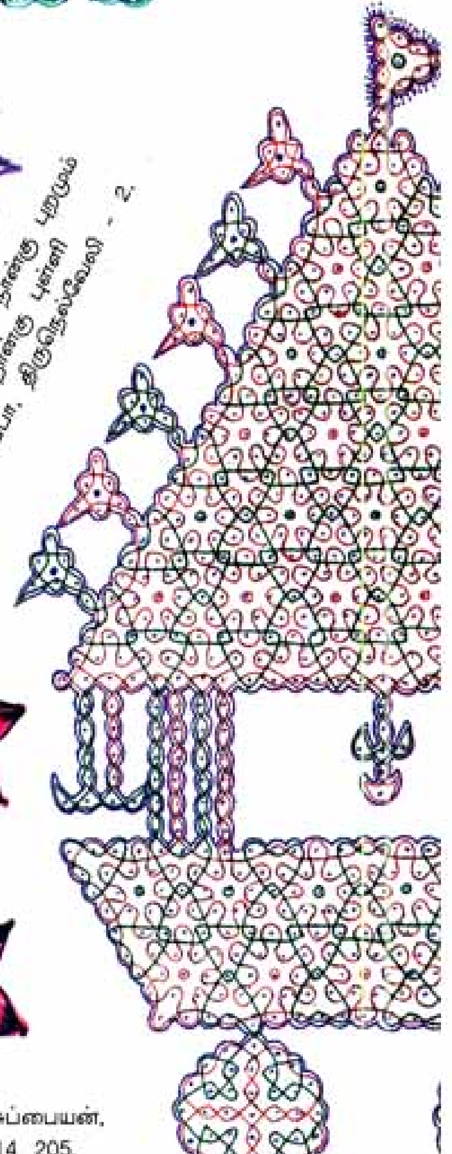
வாசல் அழகு



18 புள்ளி 6 வரிசை 6 முடிய
(நேர்ப்புள்ளி)
- ஸ்ரீ ஞானம்பாள், மதுரை - 11.



7 புள்ளி 7 வரிசை நான்கு பக்கம்
நான்கு நான்கு புள்ளி
- என். பாப்பா, திருநெல்வேலி - 2.





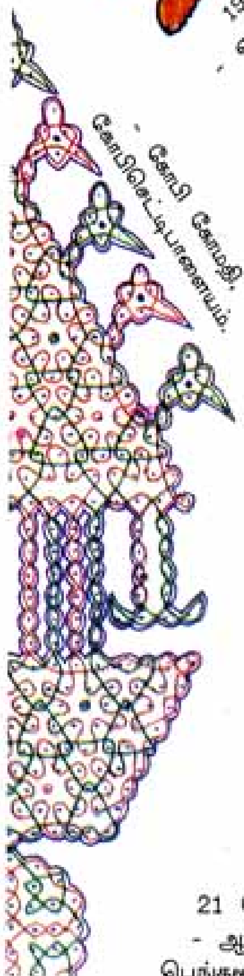
- சு. பத்மாவதி சுப்பையன்,
பாபநாசம் - 614 205.

வண்ணக் கோலங்கள்

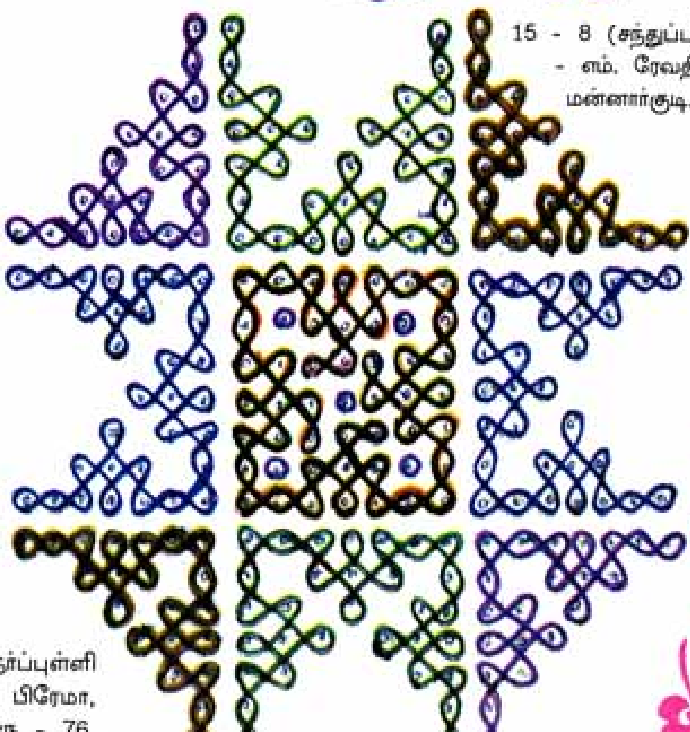


19 - 1 (நேர்ப்புள்ளி)
- எஸ். ஜானகி சுப்ரமணியன்,
திருப்பூர் - 1.





- கோபி கோமதி,
கோபிசெட்டிபாளையம்.



15 - 8 (சந்துப்புள்ளி)
- எம். ரேவதி,
மன்னார்குடி.

21 நேர்ப்புள்ளி
- ஆர். பிரேமா,
பெங்களூரு - 76



ஸ்ரீ

கண் பார்வைக்கு ஆன்மிகத்தில் தனித்த ஓர் இடம் இருக்கிறது. 'நயன தீட்சை' என்ற சொற்றொடரே புழக்கத்தில் உண்டு. அண்ணலும் நோக்கி, அவளும் நோக்கியதாக வரும் கம்பராமாயண வரிகள் கூட ஜீவான்மாவுக்கும் பரமான்மாவுக்கும் இடையே உள்ள பன்னெடுங் கால பந்தம், பார்வையால் புதுப்பிக்கப் பட்டதைச் சொல்லும் பகுதிதானே?

தொடர்ந்து ஒருவரைப் பார்த்துக் கொண்டே இருந்தாலும் சரி, ஒருவரால் பார்க்கப்பட்டுக்கொண்டே இருந்தாலும் சரி, அவரின் சாயலெல்லாம் இவரில் படிந்துவிடுகிறது. தந்தை தாயின் முக ஜாடை குழந்தைகளுக்கு வருவது பிறவியில் நேர்வதாக இருக்கலாம். ஆனால் பெற்றோரின் பேசும்பாணியும் நடக்கும் பாணியுமெல்லாம் பிறவியில் வந்ததா, தொடர்ந்து





பக்தி வலிமைக்கும் பிரார்த்தனை வலிமைக்கும் ஏற்ப அன்பர்களின் மானசிகக் கோரிக்கைகள் நிறைவேறும். ஸ்ரீ அன்னையின் சூட்சும சக்தி அதை நிறைவேற்றி வைக்கும்!

அன்னை!

● திருப்பூர் கிருஷ்ணன்

பார்த்துப் பார்த்து ஏற்பட்ட மனப் பயிற்சியில் வந்ததா?

'எனக்கு என்ன துன்பம் வந்தாலும் சரி. அன்னை என்னைப் பார்த்துக்கொள்வார்!' என்கிறார்கள் அடியவர்கள். பார்த்துக் கொள்வார் என்பது கூட அவர் பார்வை யின் மகிமை தானே? அன்னையின் பார்வை நம்மேல் விழுந்தால் நமக்கே தானாய் நம் வாழ்வைப் பற்றி ஒரு விசாலப் பார்வை தோன்றுகிறது. நான் எனது என்ற குறுகிய எண்ணங்கள் மறைந்து நாம் நமது என்ற பரந்த நினைவலைகள் எழுகின்றன.

மனிதகுலத்தில் நான் ஒரு துணுக்கு தான், மனிதகுலம் முழுதும் நன்கு வாழவேண்டும் என்றல்லவா நான் பிரார்த்தனை செய்யவேண்டும்? அனைத்து ஜாதி மதம் மொழி போன்ற மாறுபாடுகளை உள்ளடக் கிய முழு சமுதாயமும் நன்றாக வாழப் பிரார்த்தித்தால் அதன் ஒரு சிறு கண்ணியான நானும் கட்டாயம் நன்றாக வாழ்வேன் என்கிற உணர்வு சுலபத்தில் தோன்றுமா? 'ஸர்வே ஜனா சுகினோ பவந்து' என்கிறது சம்ஸ்க்ருதம். 'எல்லோரும் இன்புற்று இருக்க நினைப் பதுவே அல்லாமல் வேறொன்று அறியேன் பரா பரமே' என்கிறது தாயுமானார் தமிழ். அந்த எண்ணத்தை எல்லோரிடமும் தோற்று விக்க வேண்டும் என்பது தானே அன்னையின் லட்சி யம்?

இன்றும் அன்னையின் திருவுருவப் படத்தை உற்றுப் பார்த்து தியானத் தில் ஆழ்பவர்கள் அந்த அருட்பார்வை மெல்ல மெல்ல விஸ்வரூபமெடுத் துத் தங்களை ஆட்கொள் வதை அனுபவிப்பார்கள். அன்னையின் படம் அறை யில் எங்கு மாட்டியிருந்தாலும் அந்தப் படத்தை அறையின் எங்கே நின்று நாம் பார்த்தாலும், அன்னை அந்தப் படத்தி லிருந்து நம்மையே பார்ப்பதுபோல் தோன்றும் உணர்வையும் அவர்கள் அனு பவிப்பார்கள். தம் பார்வையால் உலகை ரட்சித்துக்கொண்டிருக்கும் தெய்வமல்லவா ஸ்ரீஅன்னை!

அந்தத் தெய்வம் மனித வடிவெடுத்து மண்ணில் ஸ்தூல உருவோடு வாழ்ந்த காலம் அது. அதிகாலை ஆறு மணிக்குக் கடவுள் பால்கனிக்கு வந்து தங்களைப் பார்ப்பார் என்றால் அவரைத் தரிசிக்க



எல்லாத் தடைகளும் விலகவும் நம் முன்னேற்றம் இன்னும் விரைவாக நிகழவும் அச்சங்கள் அனைத்தும் நீங்கவும் துணிச்சல் தோன்றவும் ஏழ்மை நீங்கவும் வெள்ளை ரோஜாவை அன்னைக்குச் சமர்ப்பித்து வழிபடலாம்!

மிர்ரா அல்ஃபோன்சா என்ற குழந்தையாக பாரீசில் பிறந்தவர், பாரீசின் அழகிய நாகரிக உலகில் வலம் வந்தவர், சித்துகள் தெரிந்துகொள்ளும் மாணவப் பருவம், ஐடியா குழு அமைத்து ஆன்மிக விசாரம் நடத்திய மாதரசி, பிரெஞ்சு மொழிபெயர்ப்பில் கீதையும் உபநிடதமும் படித்த அனுபவம், கனவில் தோன்றிய தெய்விக மனிதரைச் சந்திக்கும் ஆவலில் கழிந்த நாட்கள், ஜப்பானின் அழகிய மலர்க்கலை பயிலும் மாணவி, மனம் விரும்பிய ஆன்மிகப் பணிக்கு ஸ்ரீஅரவிந்தரை வந்தடைதல் என மிர்ரா அல்ஃபோன்சாவின் வியத்தகு விந்தைமிகு வாழ்க்கைப் பயணம் பாண்டிச்சேரியில் பகவான் ஸ்ரீ அரவிந்தரின் மகா சமாதிக்குப் பிறகு புதுப்பொலிவுடன், புது மெருகுடன், புத்தெழுச்சியுடன், புத்துணர்ச்சியுடன், மனிதனை தேவமனிதனாகத் திருவுருமாற்றம் செய்யும் சாதனைக்குத் தன்னை ஆட்படுத்திக்கொண்ட அற்புதமான எல்லையைத் தொட்டது.

[ஜனகன் எழுதிய 'ஸ்ரீ அன்னை ஒரு மகாசக்தி' என்ற நூலிலிருந்து]

யாருக்குத்தான் ஆவல் பிறக்காது? ஏராளமான அடியவர்கள் பால்கனி முன் கூடியிருப்பார்கள். ஆறு மணி நெருங்க நெருங்க அவர்கள் அந்த ஆனந்த தரிசனத்துக்குத் தயாராகித் தவித்தவாறு நிற்பார்கள். தெய்விக அன்னை, பொற்சுடராய் பால்கனிக்கு வருவார். கீழே தன்னைத் தரிசிக்கக் கூடியுள்ள அன்பர்களைக் கனிவு பொங்கப் பார்ப்பார்.

அது சாதாரண மானிடப் பார்வை அல்ல. எல்லோரையும் சமமாகப் பார்க்கும் உயரிய ஆன்மிகப் பார்வை. ஏற்றத் தாழ்வுகளற்ற பார்வை. ஒவ்வொருவருக்கும் அன்னை தங்களையே பார்ப்பது போல் தோன்றும். எப்படி அவ்விதம் ஒரு பொதுப் பார்வையில் தனிப்பார்வையை அவரால் மேற்கொள்ள முடிந்தது என்பது யாருக்கும் விடை தெரியாத தெய்விக ரகசியம். மானிடர்களால் முடியாததெல்லாம் அன்னையால் முடியும் என்ற எளிய விளக்கத்தைத் தவிர இதற்கெல்லாம் வேறு விளக்கமெதுவும் இல்லை. அடியவர் தன்னையே, தன்னை மட்டுமே அன்னை பார்ப்பதாக உணர்வார். தன் மன மாசுகள் எல்லாம் களையப்படுவதாகவும் உணர்வார். மனத்துக்கண் மாசிலன் ஆதல்தானே ஆரவாரமற்ற உயர்ந்த ஆன்மிக நெறி?

பக்தி வலிமைக்கும் பிரார்த்தனை வலிமைக்கும் ஏற்ப அன்பர்களின் மானசிகக் கோரிக்கைகள் நிறைவேறும். ஸ்ரீ அன்னையின் சூட்சும சக்தி, அதை நிறைவேற்றி வைக்கும். இன்றும் ஸ்ரீ அன்னையைப் பிரார்த்திப்பவர்கள் தங்கள் வாழ்வில் அன்னையின் அருட்சக்தி தோன்றாத் துணையாய்ச் செயல்படுவதைப் பார்க்கத்தானே செய்கிறார்கள்? இந்த அபூர்வமான பால்கனி தரிசனம் சுமார் 30 ஆண்டு தொடர்ந்து நாள்தோறும் நடைபெற்றது.

உயர்மன சக்தியைப் புவியில் இறங்கச் செய்து மனிதனை அடுத்த பரிணாம நிலைக்கு அழைத்துச் சென்று அதிமனிதனாக்க வேண்டும் என உழைத்த ஸ்ரீ அரவிந்தரின் உடல், தளர்ச்சி அடைந்தது. தம் லட்சியத்தை நிறைவேற்றும் பொறுப்பை ஸ்ரீ அன்னையிடம் ஒப்படைத்த அவர், 1950 டிசம்பர் 5-ஆம் தேதி அதிகாலை, சித்தி அடைந்தார். 111 மணி நேரம், அந்த உடல் வாடாமல் அப்படியே இருந்தது கண்டு மருத்துவ உலகம் அதிசயித்தது. அந்த உடலைச் சுற்றிப் பரவியிருந்த பொன்னொளியைப் பார்த்துப் பார்த்து அன்பர்கள் வியந்தார்கள். ஸ்ரீ அன்னை, தனக்கு அரவிந்தரிடமிருந்து மானசிக உத்தரவு கிடைத்ததும் ஸ்ரீஅரவிந்தரின் பொன்னுடலை அடக்கம் செய்ய உத்தரவிட்டார்.



ஆசிரம முற்றத்தில் உள்ள சர்வீஸ் மரத்தின் அடியில் அவருக்குச் சமாதி எழுப்பப் பட்டது.

அரவிந்தர் ஸித்தி அடைந்துவிட்டாரே? இனி அன்னை பிரான்சுக்குப் போய் விடு வாரோ என்று சிலர் ஐயம் கொண்டார்கள். ஆனால் அன்னை, தம் தாய்நாடாக இந்தி யாவை அல்லவா தத்தெடுத்துக் கொண் டிருக்கிறார்! அவர் இந்தியாவிலேயே தங்கி விட்டார். உலகின் பூஜையறை பாரதம் என்று விவேகானந்தர் சொன்னது உண்மை யானால், அன்னை என்னும் தெய்வம் இருக்க வேண்டியது இந்தப் பூஜையறை யில்தானே?

ஆசிரமம் அன்னையின் மேற்பார்வை யில் விறுவிறுவென வளர்ந்தது. ஸ்ரீஅரவிந் தர் ஸித்தி நாளில் நாடுதழுவிய மாநாடுகள் நடைபெறலாயின. அன்னை செய்துவரும் ஆன்மிக ஆய்வு தொடர்பான கருத்தோட் டங்கள் எங்கும் பரவத் தொடங்கின. பொன்னுடல் நீத்த அரவிந்தர் புகழுடம் பால் உலகெங்கும் வியாபகம் கொண்டார்.

பல்வேறு நாட்டினர் ஒருங்கிணைந்து ஆசிரமத்தில் வாழலாயினர். மாதிரிச் சமூகம் ஒன்றை நிர்மாணிக்க அன்னை விரும்பினார். எல்லா நாட்டவரும் இன, மத, மொழி பேதங்களை மறந்து ஆன்மிகத்தால் ஒன்றுபட்டு வாழ வேண்டும் என அவர் உள்ளம் கனவு கண்டது. அதன்பொருட்டு ஆரோ வில் என்ற மிகப் பெரிய நகர மொன்றை நிறுவும் பணியில் அன்னை ஈடுபட்டார்.

உலகின் பற்பல பகுதிகளிலிருந்து எடுத்துவந்த மண்ணையெல்லாம் ஓரிடத் தில் இட்டு, அந்த நகர நிர்மாணத்தை அன்னை தொடங்கி வைத்தார். புதுச்சேரி யிலிருந்து 13 கி.மீ. தொலைவில் 11,000 ஏக்கர் நிலப்பரப்புடையதாய் அந்த நகரம் அமையத் தொடங்கியது. ஜாதி, சமய வேற்றுமைகளுக்கு அப்பாற்பட்ட வகை யில் வேற்றுமையில் ஒற்றுமை காணும் விதத்தில் அந்நகரம் சர்வதேச நகரமாய்த் திகழலாயிற்று.

அன்னையின் மகிமை உணர்ந்து ஏராள மான பேர் அன்னையைத் தேடிவரலாயி னர். பகவத் கீதையில் தோய்ந்து அந்த நெறிப்படியே வாழ்ந்த ஆசார்ய வினோ பாபாவே அரவிந்த ஆசிரமத்துக்கு வருகை தந்தார். (காந்திஜி, 'என் ஆசிரமத்துக்கு எல்லோரும் ஆசி பெற வருகிறார்கள். ஆனால் வினோபா ஆசி தர வருகிறார்!' என்றல்லவா வினோபா பற்றிக் குறிப்பிட் டார்!) இன்னும் அன்னையின் பெருமை உணர்ந்து ஆசிரமத்துக்கு வந்தவர்களில் நேரு, இந்திரா காந்தி, ராஜேந்திரபிரசாத், கரன்சிங், லால்பகதூர், காமராஜர் போன்ற பலர் அடங்குவர். அன்னை புகழ் வெளி நாடுகளிலும் வேகமாகப் பரவத் தொடங்கியது.

ஸ்ரீ அன்னைக்கு 95 வயதாகியது. அன்னைக்கு வயது உண்டா என்ன? அவர் காலத்தைக் கடந்தவர் அல்லவா? ஆனால் உடல் அதன் மாறுபாடுகளைக் காட்டத் தானே காட்டும்? படுத்த படுக்கையிலேயே அன்னை இருக்க நேர்ந்தது. அவரது செவிப் புலன் பழுதுபட்டது. பார்வையிலும் குறை பாடு தோன்றியது. ஆனாலும் அவரது



யுகந்தோறும் அவதரிக்கும் தெய்வ சக்தி. கலியுகத்தில் அன்னையாய் அவதரித்து தன் வாழ்க்கை என்ற நாடகத்தைத் தான் விரும்பியவாறு நடத்தி முடித்துக் கொண்டது!

விழிகளை உற்றுநோக்கியவர்கள், அந்த விழிகளிலிருந்து ஒரு தெய்விக ஒளி சுடர் விட்டுப் பிரகாசிப்பதை உணர்ந்து பிரமித்த னர். தியானத்தையே வாழ்வாகக் கொண்ட அன்னையின் கண்கள் பிரகாசிப்பதில் என்ன ஆச்சரியம்?

மெள்ள, மெள்ள அன்னையின் உடல் மேலும் மேலும் தளரலாயிற்று. இதய வலி, ரத்த அழுத்தக்குறைவு போன்ற உபாதைகள் தோன்றின. 1973 நவம்பர் 17. அன்னையின் உடல் பெரிதும் நலிந்தது. படுக்கையிலிருந்து அவரால் எழ இயல வில்லை. தொடர்ந்து விக்கல் வந்து கொண்டே இருந்தது. அன்னையின் உடன் இருந்த அடியவரான சாதகர் சம்பக்லால் நாடி பிடித்துப் பார்த்தார். நாடி விழுந்து கொண்டிருந்தது. தம் 95ஆம் வயதில், அன்னை தம் ஆன்மாவைத் தாங்க இயலாத பொன்னுடலை உகுக்க முடிவு செய்தார். இரவு 7.25 க்கு அவர் ஆன்மா உலகெங்கும் நிறைந்தது.

உடல் கூட்டில் சிறைப்பட்டிருந்தால் தேடி வந்தவர்களுக்குத்தான் உதவ இய லும். அதிலிருந்து விடுதலை பெற்றுவிட் டால் எங்கும் தோன்றாத் துணையாக இருந்து, யார் அழைத்தாலும் அங்கு அவர் களுக்கு உதவ இயலும் என அன்னை முடிவுசெய்திருக்க வேண்டும். அன்னை யின் அருளாட்சி இப்போது உலகெங்கும் ஓங்கி வருவதை அன்னை அடியவர்கள் ஒவ் வொரு கணமும் உணர்கின்ற னர்.

அன்பர்களின் தரிசனத்துக் காக அன்னையின் பொன்னுடல் 2 நாட்கள் வைக்கப்பட்டிருந் தது. பின் நவம்பர் 20 காலை 8 மணிக்கு தெய்விக சக்தி இறங்கிப் பணிபுரிந்த அந்தப் பொன்னுடல் ரோஸ்வுட்டால் செய்த பெட்டியில் பத்திரமாக வைக்கப் பட்டது. எட்டு சாதகர்கள் பெட்டி யைப் பூப்போலத் தூக்கிச் சென்றார்கள். ஸ்ரீ அரவிந்தர் சமாதி இருக்கும் சர்வீஸ் மரத் தின் கீழேயே அன்னை நல்லடக்கம் செய்யப்பட்டார்.

தெய்விக சக்தியை மண்ணில் இறக்கு வதையே லட்சியமாய்க் கொண்டு வாழ்ந்த அன்னை தெய்வமாகவே மாறினார். தர் மத்தை நிலைநிறுத்துவதற்காக யுகந் தோறும் யுகந்தோறும் அவதரிக்கும் தெய்வ சக்தி, கலியுகத்தில் அன்னையாய் அவ தரித்து தன் வாழ்க்கை என்ற நாடகத்தைத் தான் விரும்பியவாறு நடத்தி முடித்துக் கொண்டது. ஸ்ரீ அன்னையின் தூய தெய் விகத் திருப்பாதங்களில் அடியவர்கள் தஞ்சம் புகுகிறார்கள். ஸ்ரீ அன்னையின் புகைப்படத்திலிருந்து சுடர்வீசும் அந்த அருள்பார்வையின் மோன ஆட்சியில் மன அமைதி காண்கிறார்கள். இன்றும் தம்மை வழிபடும் அடியவர்கள் வேண்டிய அனைத்தையும் வழங்குகிறார் ஸ்ரீ அன்னை. அவரது அருட்சக்தி உலகைப் பாதுகாத்து வருகிறது.

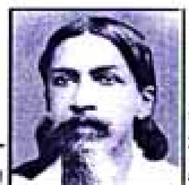
(நிறைந்தது)



உங்கள் பிரார்த்தனைகள் அனைத்தும் உடனே பலிக்க ஸ்ரீஅன்னை அடிகளிடம் நேரடி ஆலோசனை பெறலாம்.

செல் : 98414 25456

ஸ்ரீ அரவிந்தர் அன்னை தியான மையம்



59, ஆரிய கௌடா ரோடு, (அயோத்தியா மண்டபம் அருகில்)
மேற்கு மாம்பலம், சென்னை - 33. Email : themothersblessing@gmail.com



ஒரு ப்ளவுஸ் பிட்டின் பயணம்!

அழகான காஞ்சிபுரம் ஜரிகைப் பட்டு
அதனோடு சேர்ந்த ஒரு ப்ளவுஸ் பிட்டு!

தனியாக சேலையில் இருந்து
பிரிக்கப்பட்டு,
தாய் பிரிந்த சேயானேன் - என்றது
வருத்தப்பட்டு!

அணிந்தால் வியர்க்கும் என்று
அறியப்பட்டு,
ஆடியில் பயணித்தது கைமாற்றப்பட்டு!

உடுத்தினால் உறுத்தும் என்று
உணரப்பட்டு,
நவராத்திரியில் நகர்ந்தது வந்த வீட்டை
விட்டு!

நனைந்தால் நிறம் மாறும் என்று
நினைக்கப்பட்டு,
சென்றது அங்கிருந்தும் மறுக்கப்பட்டு!

கைக்குட்டையும் வாங்கிடுவர்
விருப்பப்பட்டு,
மதிப்பில்லை எனக்கென்றது
துயரப்பட்டு!

இறுதியில் அதன் நிறத்தால் கவரப்பட்டு,
கைமாறாமல் கச்சிதமாய் தைக்கப்பட்டு,

விரிந்தது பாவாடையாய்
உருமாற்றப்பட்டு,
அணிந்ததோர் ஆறு மாதக் குழந்தை
மொட்டு!

- அனுஷா
கோயமுத்தூர்.

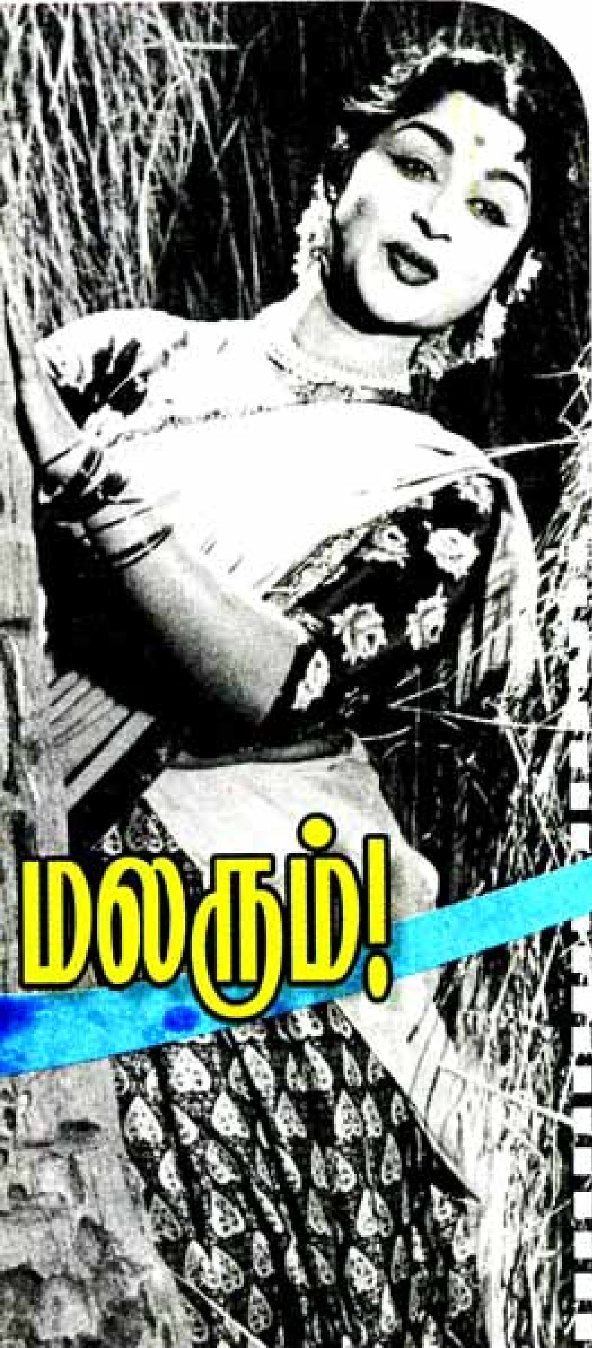


தொட்டால் பூ

ஜெமினி கணேசனை எல்லோருமே 'காதல் மன்னன்' என்று சொல்வார்கள். சுருள் சுருளான தலைமுடி, யோகா, உடற்பயிற்சி செய்த கட்டான உடம்பு, அந்தக் காலத்திலேயே பி.ஏ. படித்தவர், மிக அழகாக ஆங்கிலம் பேசுவார். நகைச்சுவையான பேச்சு, ஸாஃப்டான, அன்பு குழையும் பார்வை... இதெல்லாம் இருந்தால் எந்தப் பெண்தான் மயங்க மாட்டாள்? நீங்களே சொல்லுங்க... அவர் மறுத்தாலும், தவிர்க்க நினைத்தாலும், பல பெண்கள் அவரையே சுற்றிச் சுற்றி வந்ததை நான் பார்த்திருக்கிறேன்.

'கல்யாணப் பரிசு' சமயத்தில், ஜெமினி கணேசன் பெரிய ஹீரோ! நானும் விஜயகுமாரியும் ரொம்பப் புதுசு. டைரக்டர் ஸ்ரீதர் ஸாருக்கும் அதுதான் முதல் படம். அதனால் மதியம் இரண்டு மணிக்கு படப்பிடிப்பு என்றால், நானும் விஜயகுமாரியும் மேக்-அப் போட்டுக் கொண்டு ஒரு மணிக்கே ஆஜராகி விடுவோம். ஸ்டுடியோ ஃப்ளோர் முன்னால், நாற்காலிகள் போட்டுக் கொண்டு, பேசிக் கொண்டிருப்போம்.

ஜெமினி கணேசன் ஃபியட் காரை தானே ஓட்டிக் கொண்டு வருவார். நாற்காலியைத் திருப்பிப் போட்டுக் கொண்டு, எதிரும் புதிருமாக அமர்ந்து, ஜோக் அடித்துக் கொண்டேயிருப்பார். கூடவே தங்கவேலு அண்ணாச்சியும் இருப்பார்.



வெடிச் சிரிப்புக்குக் கேட்கணுமா? ரொம்ப ஜாலியாக இருக்கும்.

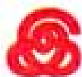
என்னதான் சிரித்துப் பேசினாலும், என்னுடைய கவனம் எல்லாம் மனப்பாடம் செய்த டயலாக்கிலேயே இருக்கும். இப்போது உள்ளது போல, டப்பிங் வசதி எல்லாம் கிடையாது. ஆன் தி ஸ்பாட் ரெக்கார்டிங். ஏதாவது ரீடேக் ஆனால், நெர்வஸ் ஆகிவிடுவோம்.

நூறு அடி ஷாட்ஸ், பக்கம் பக்கமா டயலாக் எல்லாம் இருக்கும். தலைக்கு மேலே மைக் வெச்சிருப்பாங்க. வசனத்தில் கவனம் இருக்கணும். அசைவுகளும் ஒத்துப் போகணும். கொஞ்சம் கவனக் குறைவு ஏற்பட்டாலும் எல்லோருக்குமே கஷ்டமாயிடும். அதனால், நான் வசனத்தைப் பற்றியும், காட்சி அமைப்புப் பற்றியுமே சிந்தித்துக் கொண்டிருப்பேன்.

'ஆடிப்பெருக்கு' படத்தில், 'தனிமையிலே இனிமை காண முடியுமா?' முழுப் பாடலும், ஒரே ஷாட்டில் எடுக்கப்பட்டது என்றால் நம்புவீங்களா? இயக்குநர் கே. சங்கர், எங்களுக்கு அவ்வளவு ஒத்திகை நடத்தினார். நாங்களும் சிரத்தையுடன் நடித்தோம்.

'கல்யாணப் பரிசு' சமயத்தில் விஜயகுமாரிக்கு, எஸ்.எஸ். ஆருடன் திருமணமாகியிருந்தது. எங்களுக்குள் நல்லதொரு நட்பு அலை ஏற்பட்டிருந்தது. என்னை 'சரோ' என்று விஜயகுமாரியும், அவரை 'விஜி' என்று நானும் அழைத்துக் கொள்வோம்.

'கல்யாணப் பரிசு' படத்தில் எனக்கு மிகவும் எமோஷனலான கேரக்டர். புதுமுகமான நான் அதில் நன்றாக நடித்து, பேர் வாங்க வேண்டும் என்ற ஆதங்கம் ஜெமினிக்கு நிறையவே இருந்ததால், ''இப்படிப் பேசு; அப்படி நடி!'' என்றெல்லாம் ஆர்வத்துடன் சொல்லிக் கொடுப்பார். எனக்குச் சொல்லிக்

ந்த இதழுக்கான செய்திக்காக பி. சரோஜாதேவியிடம் பேச யத்தனித்தபோது, ''ஸாரி.. மேடமுக்கு உடம்பு சரியில்லை. ஆபரேஷன் ஆகி இப்பத்தான் வீட்டுக்கு வந்திருக்காங்க. ஒரு வாரம் கழிச்சுப் பேசுங்க'' என்றார் அவரது உதவியாளர்.

ஆனால் அடுத்த பத்தாவது நிமிடமே, நம்மைத் தொலைபேசியில் தொடர்பு கொண்டார் பி. சரோஜாதேவி.

''கொஞ்ச நாளா இடுப்புவலி! ஒரு வாரத்துக்கு முன்னாலதான் சென்னையில் இருக்குற மியாட் ஹாஸ்பிடல்ல ஆபரேஷன் நடந்தது...'' என்றார் பலவீனமான குரலில்.

''பரவாயில்லை... நீங்க ஓய்வு எடுத்துக்குங்கம்மா!'' என்று சொல்லியும் அவர் கேட்கவில்லை

''கமிட் பண்ணிட்டேன், என்னால எந்தத் தொந்தரவும் இருக்கக் கூடாது'' என்று பேசத் தொடங்கிவிட்டார்.

'' 'பறக்கும் பாவை' படத்தில் சர்க்கஸ் காட்சியின் போது ஏற்பட்ட விபத்தில், நான் உயரத்திலிருந்து விழுந்து விட்டேன். அப்போது எனக்கு இடுப்பில் அடிபட்டுவிட்டது. 'டூப்' போட்டுக் கொள்ளலாம் என்று இயக்குநர் சொன்னார். 'டூப்புக்கு மட்டும் அடிபடாதா? அவளும் மனுஷிதானே?' என்று பிடிவாதமாக நானே நடித்தேன். விபத்து ஏற்பட்ட மறுநாளே, மும்பைக்கு ஷூட்டிங்குக்குப் போய் விட்டேன். ஏதோ தைலம் தேய்த்துக் கொண்டதோடு சரி! அப்ப 'ஓவர் ஒர்க்' செய்ததன் விளைவு, இப்போது தெரிகிறது. நமக்கு சோறு போடும்

கொடுத்துவிட்டு, பிறகு ஸ்ரீதர் 'ஸ்டார்ட் கேமிரா!' சொன்னதும், தன்னுடைய டயலாக்கை மறந்து விட்டு நிற்பார்.

உடனே எல்லோரும் 'கொல்' என்று சிரித்து விடுவோம்.

''அதெல்லாம் அவங்க நடிப்பாங்க! உங்க வசனத்தை ஒழுங்கா பேசுங்க கணேஷ்!'' என்பார் ஸ்ரீதர் சார் சிரித்துக் கொண்டே!

இப்படிச் சிரிப்பும் லூட்டியுமாக இருக்கும் எங்களை, மறுபடி கதையின் மூடுக்குக் கொண்டு வந்து, அற்புதமாக நடிக்க வைத்து விடுவார் ஸ்ரீதர் சார்... ஒவ்வொரு ஃபிரேமும் காவியம் போலவும், ஒவ்வொரு காட்சியமைப்பும் ஓவியம் போலவும் எடுப்பார். அவரது இயக்கத்தில் நடித்தது எனக்கு இன்றளவும் மறக்க முடியாத அனுபவம்.



சில நேரம் மாலைப் பொழுது தாண்டியும் படப்பிடிப்புகள் நடக்கும். அப்போது, நடிகை சாவித்ரி ஸ்டுடியோவுக்கு வந்து விடுவார். சாவித்ரி அப்போதே பெரிய ஆர்டிஸ்ட். தன்னுடைய முதல் குழந்தையான விஜயசாமுண்டீஸ்வரியைக் கர்ப்பத்தில் சுமந்து கொண்டிருந்தார். அவர் வந்ததும், தயாரிப்பாளர் மற்றும் ஏனையோர் சூழ்ந்து கொண்டு பேசிக் கொண்டிருப்பார்கள். நான் ஷாட்டில் இருப்பேன்.

விஜயகுமாரியைத் திருமணம்

தயாரிப்பாளர்களுக்கு நம்மால் நஷ்டம் வந்து விடக் கூடாது என்று கலைஞர்கள் ஓடி ஓடி உழைத்த காலம் அது. வயதுக்கு மீறிய உடல் உழைப்பு. அது இப்ப வேலையைக் காட்டுது'' என்றவர் தொடர்ந்தார்.

''இந்த இடுப்பு வலி, கால் வலி எல்லாம் போன ஜென்மத்து கர்மம்.. ஆனால் நான் இந்த ஜென்மத்தில் செய்த புண்ணியத்தால், ஆபரேஷன் வெற்றி ஆகியிருக்கு. நானும் சீக்கிரம் பூரண குணமடைந்து விடுவேன் என்று நம்புகிறேன்'' என்றவர் தமிழக முதலமைச்சர் கலைஞருக்கு மிகவும் நன்றி தெரிவித்தார்.



கலைஞருக்கு நன்றி!

''நான் தொலைபேசியில் தொடர்பு கொண்டதும், உடனே லைனுக்கு வந்து விட்டார். எவ்வளவு பெரிய மனிதர்! எத்தனை பெரிய பதவியில் இருப்பவர்? பிஸிமேன்! எனக்கு ஆறுதல் வார்த்தைகள் சொல்லி, தைரியமூட்டியது மில்லாமல், நான் சௌகரியமாக பெங்களூர் திரும்புவதற்கும் உடனடியாக ஏற்பாடுகள் செய்து கொடுத்தார். அந்தக் கருணை உள்ளத்துக்கு நன்றி!'' என்று நெகிழ்ந்தார் பி. சரோஜாதேவி.

செய்து கொள்ளச் சொல்லி, ஜெமினி கணேசனை நான் வற்புறுத்தும் காட்சியில் வசனமும் நீண்டு கொண்டே போகும். நடிப்பும் சவாலாக இருக்கும். நடிகையர் திலகம் நம்மைக் கவனிக்கிறாரோ என்று நான் நெர்வஸாகி, 'டேக்'கில் சொதப்பி விடக் கூடாதே என்ற நல்லெண்ணத்தில் ஜெமினி கணேசன் ஒரு காரியம் செய்வார்.

''சாவித்ரி... வா... நாம்ப வாக் போக லாம்!'' என்று மனைவியை அழைத்துக் கொண்டு போவார் ஜெமினி. அப்படி யொரு அண்டர்ஸ்டான்டிங் பர்ஸன் அவர்! என்னுடைய நலம் விரும்பி!

ஏக்கர் கணக்கில் பரந்து விரிந்திருந்த விஜயா - வாஹினி ஸ்டுடியோவில் பூங்காக் களுக்கும் பசும்புல் தரைகளுக்கும் பஞ்சமா என்ன? இரவு நேர குளிர்க்காற்றில், ஜெமினியும் சாவித்ரியும் ஜோடியாக வாக்கிங் போன காட்சி அவ்வளவு ரம்ய மாக இருந்தது.

ஜெமினி கணேசனுக்கு, தமது குடும் பத்தினர் மீது, மிகப் பெரிய அன்பும் பரிவும் இருந்தது. குறிப்பாக, தன்னுடைய தாயார் மீது மரியாதை கலந்த பாசம் வைத் திருந்தார். அவருடைய பெண்களுக்கு, விடு முறை சமயமாக இருந்தால், குடும்பத் தோடு ஷூட்டிங் ஸ்பாட்டுக்கு ஆஜராகி விடுவார். அவரது மகள்களான கமலா (கமலா செல்வராஜ், இன்றைக்கு மிகப் பிரபல மகப்பேறு மருத்துவர்) ரேவதி (இன்றைக்கு ரேவதி ஸ்வாமிநாதன்) எல்லோருமே என்னுடைய நெருங்கிய தோழிகள் ஆனதும் அந்த மாதிரியான சமயங்களில்தான்!

ஒருமுறை 'எல்லோரும் இந்நாட்டு மன்னர்கள்' படப்பிடிப்பு ஊட்டியில் நடந்தது. ஜூபிடர் பிக்சர்ஸ் நிறுவனத் தயாரிப்பில், கலைஞர் வசனத்தில் வெளி வந்த படம் அது! படப்பிடிப்பு முடிந்து 'பேக்கப்' ஆனதும், வேலையில்லாமல் போரடித்து உட்கார்ந்திருந்தோம்.

திடீரென்று ஊட்டியின் பிரதான ஏரியில், படகு சவாரி போக முடிவு செய்து, கமலா, ரேவதி என்னை இழுத்துக் கொண்டு போய் விட்டார்கள். எங்களுடன்

ஜெமினியின் மனைவி பாப்ஜியும், தாயாரும் வந்திருந்தார்கள். யாருக்குமே நீச்சல் தெரியாது. இருந்தாலும் ஓர் அசட்டுத் துணிச்சலில் துடுப்பை வலித்துக் கொண்டு, படகில் கிளம்பி விட்டோம். அப்போது நடந்த நிகழ்ச்சி... ஜென்மத்துக்கும் மறக்க முடியாததாகி விட்டது.



படகு ஏரியின் நடுவில் போய்க் கொண்டிருந்தபோது, ரசிகர்களுக்கு என்னை அடையாளம் தெரிந்துவிட்டது. எங்களை நெருக்கத்தில் பார்க்கும் ஆவலில், படகுகளில் ஏறிக்கொண்டு எங்கள் அருகே வரத் துவங்கினார்கள். மத்தியில் எங்கள் படகு மாட்டிக் கொண்டது. சுற்றிலும் மாணவர்கள், ரசிகர்கள்! யாரோ ஒரு ரசிகர், எங்கள் படகு மீது தண்ணீர் வாரி இறைக்கவே, கமலா கோபத்தில் தானும் தண்ணீரை வாரி ரசிகர்களின் மீது வீசினாள். அவ்வளவுதான்! மாணவர்களுக்கு வந்ததே ஆத்திரம்... எங்கள் படகைச் சுற்றி வளைத்துக் கொண்டு, நீரை அள்ளி அள்ளி எங்கள் மீது போட ஆரம்பித்து விட்டனர்.

படகு பயங்கரமாக ஆட, நாங்கள் பதற்றத்தில் கத்திக் கூச்சலிட்டோம். தெய்வாதீனமாக, போலீஸ் வந்து, ரசிகர்களைக் கலைத்தது... எங்களை மீட்டு, தாஸப்பிரகாஷ் ஹோட்டலுக்கு பத்திரமாகக் கொண்டு வந்து விட்டனர்.

எங்கம்மாவுக்கு விஷயம் தெரிந்ததும், எனக்கு செம டோஸ் விழுந்தது. நான் வாயே திறக்கலை.

''நீ ஒரு பெரிய ஸ்டார். உன் உயிருக்கு ஆபத்தாயிருந்தா... எத்தனை தயாரிப்பாளர்களுக்கு கஷ்டம்னு தெரியுமா?'' என்று வாங்கு வாங்கு என்று வாங்க, அப்போது ஜெமினிகணேசன் உள்ளே வந்து என் தாயாரை சமாதானப்படுத்தவில்லை என்றால், என் நிலைமை ரொம்பவே கஷ்டம்தான்!

''சும்மா இருங்கம்மா. வெளி உலகத்துக்குத்தான் சரோஜா ஒரு சூப்பர் ஸ்டார். பாவம்... அவளும் சின்னப் பொண்ணுதானே? அவளுக்கும் வெளியே போகணும், ஃப்ரீயா விளையாடணும்னு ஆசை இருக்காதா?'' என்று எனக்குத்தான் சப்போர்ட் பண்ணிப் பேசினார்.

நாங்க அதுக்குள்ள டிரஸ் மாற்றிக் கொள்ளும் சாக்கில் ரூமுக்குள் ஓடிப் போய் விட்டோம். உள்ளே ஒரே சிரிப்பு...! பயம்! ஏதோ சாகஸம் செய்த மாதிரி சந்தோஷம்.

இன்றைக்கு ஜெமினி இல்லை. ஆனால் அந்தக் குடும்பத்துடன் எனது நட்பும் உரிமையும் தொடர்கிறது.

டி.வி.யில் பழைய பாடல்கள் ஒளிபரப்பாகும் போது கமலா செல்வராஜ் தொலைபேசியில் தொடர்பு கொள்வார்.

''சரோஜா... இந்த சேனலைப் பாரு! அப்பாவும், நீயும் எவ்ளோ நல்லா நடிச்சிருக்கீங்க... இந்த காஸ்ட்யூம்ல எவ்ளோ அழகா இருக்கீங்க!'' என்றெல்லாம் பேசுவார். இருவரும் மலரும் நினைவுகளுக்குள் மகிழ்ந்து போவோம்.

(மலரும்)

சந்திப்பு : அனுராதா சேகர்

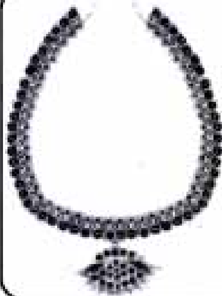
படங்கள் உதவி : ஞானபிரகாசம், ஜெயபாபு

ஜொலிக்கும் ஃபேஷன் ஜுவல்ஸ்

31-5-2008 முதல்
30-6-2008 வரை

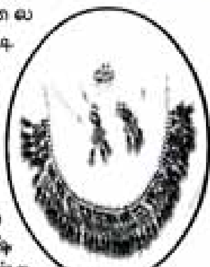
ஸ்ரீ பல்சானி ஜுவல்லர்ஸ்

தங்க முலாம் பூசப்பட்ட தகதகவென மின்னும் எண்ணற்ற புதிய டிசைன்கள்,
எண்ணிலடங்கா மாடல்கள். சொர்ணங்களின் சொர்க்கம்.



உங்களின் கண்களை கவரும் Temple Jewels பல வண்ணங்களில், பல வித டிசைன்களில் உங்கள் பல்சானி ஜீவல்லர்ஸ்-ல் இப்பொழுது மிக மிக குறைந்த விலை அறிமுகமாகி உள்ளது

சிறப்புச் சலுகை கிராமுக்கு ரூ. 60/- தள்ளுபடி செய்யப்படும்



இளைய தலைமுறைகளை சுண்டி இழுக்கும். வெள்ளியில் பதித்த அமெரிக்கன் டயமண்ட் நகைகள், அழகான டிசைன்களில்... குறைந்த விலையில்... பாலீஷ் போய்விடுமே என்ற கவலை வேண்டாம். மீண்டும் பாலீஷ் செய்து கொள்ள லாம். இதன் விலை ரூ.1000/- முதல் ஆரம்பம்.



ஒரு வித ஸ்பெஷல் உலோகத்தின்மேல் ½ கிராம் அல்லது 1 கிராம் தங்கம் 'கோட்' செய்யப்பட்டு உருவாக்கும் தங்க நகைகள்தான் இன்றைய பேஷன் உலகின் நவநாகரீக மங்கைகளின் உள்ளத்தில் நம்பர் ஒன் இடத்தை பிடித்திருப்பது.

நீங்கள் வாங்கிச் செல்லும் ½ கிராம் தங்க நகையை உபயோகப் படுத்திய பின் ஆறு மாதத்துக்குள்ளும், ஒரு கிராம் தங்க நகையை உபயோகப்படுத்திய பின் ஒரு வருடத்திற்குள்ளும் எங்களிடம் திருப்பித் தந்தால் 50 சதவிகிதம் தள்ளுபடி செய்து வேறு புதிய நகையை எங்களிடம் பெற்று மீண்டும் நீங்கள் ஜொலிக்கலாம்.

உங்கள் வாழ்க்கையில் வளம் பெற, வியாபாரத்தில் செழிக்க, கண்களை கவரும் விலை உயர்ந்த ஒரிஜினல் ராசிக்கற்களை வெள்ளியில் பதித்து 350 ரூபாய்க்கு குறைந்த விலைக்கு விற்பது நாங்கள் மட்டும்தான் இது தவிர 22 கேரட் ராசிக்கல் மோதிரமும் உண்டு. அதுவும் 100 சதவிகிதம் உத்திர வாதத்துடன்.

சிறப்புச் சலுகைகள்:

(1gm மற்றும் American Diamond நகை வாங்குபவர்களுக்கு மட்டும்)
- உங்கள் நகைகளுக்கு 100% உத்திரவாதம் உண்டு
- ரூ. 100 முதல் ரூ.1000 வரை மாத சீட்டும் உண்டு
- ரூ. 500 முதல் 1,500 வரை வாங்குபவர்களுக்கு ஒரு ஜோடி American Diamond கம்மல் இலவசம்.
- ரூ. 1,500/- முதல் ரூ. 2,500/- வரை வாங்குபவர்களுக்கு ஒரு American Diamond Dollar இலவசம்.
- ரூ. 2,500/- க்கு மேல் வாங்குபவர்களுக்கு ஒரு American Diamond Necklace Set இலவசம்.

இந்த விளம்பரத்தை கத்தரித்து வருபவர்களுக்கு 5% கூடுதல் கழிவு

நீங்கள் வாங்கிச்செல்லும் மூக்குத்தி ஜோடியை தோடுகள் மேல் தோடாகவும், அல் லது குழந்தைகளுக்கும் தோடாக அணிவித்து அழகுபடுத்தலாம். பரவசப் படுத்தும் எண்ணற்ற வண்ணங்களில் 22 கேரட் தங்கத்தினால் தயாரிக்கப்பட்ட விலை ரூ.100/- முதல்...

பல்சானி ஜுவல்ஸ் நகைகளை ஆன்லைன் மூலமாகவே வாங்கலாம்!
எங்களுடைய புதிதாக ஆரம்பிக்கப்பட்டுள்ள இணையதளம் www.sripalsanijewels.com
மூலம் நகை வாங்குபவர்களுக்கு டெலிவரிசார்ஜில் 50% சிறப்புத் தள்ளுபடி
வழங்கப்படும். இச்சலுகை மே 31 முதல் ஜூன் 30 வரை மட்டுமே.

SRI PALSANI JEWELS

110, டாக்டர் ராதாகிருஷ்ணன் சாலை, (ஸ்ரீ கிருஷ்ணா ஸ்வீட்ஸ் அருகில்)
மைலாப்பூர் சென்னை - 600 004. ☎: 28111737, 28117036, www.sripalsanijewels.com



இளமை இதோ...

முகத்தில் சுருக்கங்களைக் குறைத்து, முகப்பரு வடுக்களை அகற்றி, பிக்மென்டேஷன் மற்றும் சிவப்பு நிறத் திட்டுகளைக் குறைத்து, முகத்தில் புத்துணர்வு வரச் செய்து முகப்பொலிவைக் கூட்டி, உங்கள் வயதையே குறைத்துக் காண்பிக்கும் Affirm ஒர்க்ஸ்டேஷன் சென்னைக்கு வந்தாச்சு!

இது சருமத்தின் பாதிக்கப்பட்ட, முதிர்ந்த பாகங்களையும், திசுக்களையும் செறிவூட்டுகிறது. இந்தத் தொழில்நுட்பத்தில் 1320 எம்.எம். மற்றும் 1440 எம்.எம். ஆகிய இருவித நவீன முறைகளும் இருப்பதால், அடியில் இருக்கிற சருமப் பாதுகாப்புக்குத் தேவையான 'கொல்லாஜன்'களைத் தூண்டிவிட்டு இயங்கச் செய்து, சுருங்கிப் போன சருமத்தை நீவி நேர்த்தியாக்கி விடுகிறது. பிற தொழில்நுட்ப வகைகளில் இந்த அளவுக்கு 'கொல்லாஜன்'களைத் தூண்டும் திறன் இல்லை. இதில் உள்ள CAP தொழில்நுட்பம் மட்டுமே சருமத்தின் எல்லா தளங்களிலும் புகுந்து இயங்கி, லேசர் ஒளியின் தீவிரத்தை சமமாகப் பரப்புகிறது. இதுவே இந்தச் சிகிச்சையின் சிறப்பு.

பதினான்கு மி.மீ. விட்ட அளவுக்குள் ஆயிரக்கணக்கான மைக்ரோ துடிப்புகளை ஒரே சமயத்தில் பாய்ச்சுவதால், அதன் அதிகபட்ச வீரியமும், வீச்சும் வேகமான சிகிச்சையின் பலனை அளிக்கிறது. இதை லேசர் Botox எனலாம். காரணம், இத்தனை வருடங்களாக, பருக்களையும், வடுக்களையும், மேடு பள்ளமுமான சருமத்தையும் அகற்ற ஓர் ஒழுங்கான முறை இருந்ததில்லை.

அப்படியானால் முகத்தில் சுருக்கத்தைப் போக்க வழியே இருந்ததில்லையா என்ற கேள்வி எழலாம். முன்னெல்லாம் Botox என்ற ஊசி மருந்தை முகத்தில், ஒரு குறிப்பிட்ட இடத்தில் போடுவார்கள். மூன்று மாதம் வரை அதன் பலன் இருக்கும். பிறகு முகம் பழையபடி தொங்கிப் போய்விடும். அத்துடன், முகம் முழுவதுமா ஊசி போட முடியும்? Botox நிரந்தரத் தீர்வு அளிப்பதில்லை என்பதே அதன் குறை.

அஃபர்ம் லேசர் சிகிச்சை நிரந்தரத் தீர்வு அளிப்பதால் சிறந்த சிகிச்சையாகக் கருதப்படுகிறது. இதில் எந்த விதப் பக்கவிளைவும் இல்லை.

இந்திய சரும நிலையைக் கருத்தில் கொண்டு லேசர் வல்லுனர்கள் இதைத் தயாரித்திருப்பதால் நல்ல பலன் தருகிறது.

லேசர் என்றால் என்னவோ ஏதோ என்று வியப்புடன் சிலர் கேட்கிறார்கள். எக்ஸ்ரே மாதிரியா? ஐசோடோப் மாதிரியா? என்றெல்லாம் சந்தேகத்துடன் கேட்கிறார்கள்.

தேவையற்ற முடியை அகற்ற
வயதான தோற்றத்தை மாற்ற
சருமம் பளபளக்க
மைக்ரோ டெர்மாப்ரேஷன்
ஹைட்ரோ ஃபேஷியல்
லெக்-வீன்ஸ்
வடுக்களை அகற்ற
தழும்புகளை நீக்க
அறுவைச் சிகிச்சை தழும்புகளை நீக்க

சாட்டின் ஸ்கின் லேசர் க்ளினிக்
அடையாறு- நுங்கம்பாக்கம்

லேசரில் பல வகைகள் இருக்கின்றன. ஒவ்வொரு சிகிச்சைக்கும் ஒவ்வொரு வகை லேசர் பயன்படுத்தப்படுகிறது.

உரோமத்தை அகற்றப் பயன்படுத்தப் படும் லேசர், முகப் பருக்களையும், வடுக் களையும் அகற்ற உதவாது. சருமத்தில் உள்ள பிக்மென்ட்டுகளை அகற்றப் பயன் படும் லேசர், ஆழமாகச் சென்று 'கொல்லாஜன்'களை ஊக்குவிக்காது. முடியையும் அகற்றாது. அதனால்தான் விஞ்ஞானிகளும், இன்ஜினீயர்களும், மருத்துவர்களும் அல்ட்ரா-வயலெட்டி லிருந்து தொடங்கி, இன்ஃப்ரா ரெட் லேசர் வரை பல வகை லேசர்களைப் பயன் படுத்தி வருகிறார்கள்.

ஒவ்வொரு வகை லேசரும் வெவ்வேறு வகை திசுக்களின் செயல்பாடு களுக்கு ஏற்ப இயங்குகிறது.



இதோ...

அதனால் எந்த வகை சிகிச்சைக்கு, எந்த வகை லேசர் என்று தேர்ந்தெடுத்துப் பயன்படுத்த வேண்டும்.

இந்த லேசர் சிகிச்சையில் வலி எதுவும் கிடையாது, வெகு விரைவில் சிகிச்சை முடிந்து விடுகிறது என்பவை சிறப்பான அம்சங்கள்.

"சாட்டின் ஸ்கின் க்ளினிக்குகளில், தேவையற்ற முடியை எடுத்து வழுவழுப் பாக்கவும், கடுமையான முகப்பருக்களை யும் தழும்புகளையும் நீக்கவும், வடு இருந்தால் அதைக் களையவும், 'வார்ட்' எனப்படும் உண்ணிகளை எடுக்கவும், வெயிலால் அதிக பாதிப்பு ஏற்பட்ட சருமப் பகுதிகளைச் சீராக்கவும், சருமத் துக்கு ஊட்டம் கொடுக்கவும், கால்களின் நரம்புகளைப் புத்துணர்வு பெறச் செய்ய வும் வசதிகள் இருக்கின்றன!'' என்கிறார் டாக்டர் லலிதா.

இந்த லேசர் சிகிச்சை, அமெரிக்க மருத்துவ - உணவு - அதிகாரத் துறையின ரால் அங்கீகரிக்கப்பட்டது.

''முகச் சுருக்கங்கள், முகத் தில் சதை தொங்குதல், கண்கள் அருகே (காகம் கால் போன்ற) சுருக்கக் கோடுகள் எல்லாவற்றுக் கும் விடைகொடுங்கள்.

இதுவரை வயதான தோற்றத்துக்கு ஒரு நீண்ட காலத் தீர்வு இருந்ததில்லை. வய தாகிவிட்டதே என்ற கவலை இனி வேண் டாம். Affirm லேசர் சிகிச்சை மேற்கொள் ளுங்கள். இளமையான தோற்றத்தோடு இருங்கள்!'' என்கிறார் டாக்டர் லலிதா.

பாடகி சின்மயி தன் முகப்பொலி வுக்கு 'சாட்டின் ஸ்கின் க்ளினிக்'கைத்தான் நாடுகிறார் என்று தெரியுமோ?

மேலும் விவரங்களுக்கு :

Satin Skin
Laser Clinics
Ph : 98408 92505; 044-2821 6316

சந்திப்பு : சாருகேசி

கீர்த்தனா சிறப்பாக பாடங்களை நடத்தக் கூடியவள். அதனால் கல்லூரி மாணவிகளுக்கு நடுவே அவளுக்கு எப்போதுமே மதிப்பு உண்டு. ஆனால் கொஞ்ச காலமாக மதிப்பு என்பதையும் தாண்டி நட்பாகவே அவளிடம் பழகி வருகிறார்கள் மாணவிகள். பாடங்களில் சந்தேகம் கேட்டு விளக்கம் பெறுவதோடு அவர்கள் நின்றுவிடுவதில்லை.

"கீர்த்தனா மிஸ், நாளைக்கு எனக்குப் பிறந்த நாள். ஒரு புது சுரிதார் வாங்கிக்கணும். எனக்காக செலக்ட் செய்து தருவீங்களா?" என்று மாணவி மல்லிகா கேட்டதற்கு ஒத்துக் கொண்டாள் கீர்த்தனா. இருவருமாக துணிக்கடையை நோக்கிச் சென்று கொண்டிருந்தபோது சற்றுத் தள்ளியிருந்த இரண்டு பெண்கள் பேசியது அவர்கள் காதில் விழுந்தது.

"அந்த அக்கா உடுத்தியிருக்கிற சுடிதார் நல்லாயிருக்கு இல்ல?" என்று ஒருத்தி கூற, மற்றவள் "எனக்கென்னவோ தங்கச்சி கட்டிக்கிட்டிருக்கிற ஆரஞ்சு புடவைதான் பிடிச்சிருக்கு. அவளைப் போலவே உடையும் லட்சணம்" என்றாள்.

மல்லிகாவின் முகம் வெளுத்துவிட்டது. ஆரஞ்சுப் புடவையிலிருந்த கீர்த்தனாவுக்கு சங்கடம். அழுகைக்கு

வேண்டிய எடை வேண்டும் உடலமைப்பு



நடுவே மல்லிகா கூறினாள். "எனக்கு இருபது வயசு கூட முடியல்ல. ஆனால் நிறைய எடைபோட்டு, முகத்தில் வேறு சுருக்கங்கள் போட்டு வயதானவள் மாதிரி இருக்கிறேன். முப்பத்தஞ்சு வயசைத் தாண்டியும் உங்களாலே எப்படி மிஸ் இவ்வளவு யங்கா இருக்க முடியுது?"

"ஸ்லிம் அண்ட் கேர்" என்றாள் கீர்த்தனா சட்டென்று.

சென்னை தி.நகரில் உள்ள அந்தநிறுவனத்தைப் பற்றியும் அதை நடத்தும் ரிஷிதா பற்றியும் மல்லிகா ஓரளவு கேள்விப்பட்டிருந்தாள். "ஆனா மிஸ் எடை குறைப்பு நிறுவனத்துக்குப் போனால் கடுமையான டயட், தினசரி உடற் பயிற்சின்னு கசக்கிப் பிழிவாங்களே."

"யார் சொன்னது? ஸ்லிம் அண்ட் கேர் அதற்கு நேரெதிர். உணவுப் பழக்கத்திலே சின்ன மாறுதல்கள் போதும். ஜாகிங், வாக்கிங்கெல்லாம் அவசியமில்லே. அப்படியும் உடல் எடையைக் குறைச்சிடறாங்க. வெளிநாடுகளிலிருந்து இறக்குமதி செய்யப்பட்ட உயர்தரக் கருவிகள் இந்த மாயத்தை செய்திடுது. பக்க விளைவுகள் எதுவும் கிடையாது. பதினாறு வகுப்பு கொண்ட ஒரே கோர்ஸிலேயே சுமார் 20 கிலோ எடை குறைவதுண்டு. தொடர்ந்து 28 செஷன்களிலே நாற்பது கிலோ எடையைக் குறைச்சுக்கிட்டவங்களும் உண்டு. எடை குறைவதோடு மட்டுமில்லாமல் அந்த எடை உடலின் சரியான இடங்களில் குறைவதால் உடல் அழகும் அதிகமாகுது."

"கேட்க நல்லாத்தான் இருக்கு. ஆனால் பயிற்சிகளை நிறுத்தின அடுத்த மாசமே போன எடை மறுபடியும் வந்திடாதா?"

"அப்படி ஆகாமல் இருக்க ரிஷிதா சின்னச் சின்ன ஆலோசனைகளைத் தர்றாங்க. எல்லாமே ஈஸியான வழிகள்தான்" என்ற கீர்த்தனா தொடர்ந்தாள். "இந்த நிறுவனத்தின் ஃபேஸ் லிப்டிங் வகுப்புகளில் சேர்ந்தால் கருவளையங்கள் காணாமப் போகுது. டபுள்சின் மறைஞ்சிடுது. சுருக்கங்கள் போயே போச். அப்புறம் அதை மெயின்டெய்ன் செய்யவும் சொல்லித் தராங்க.

அது மட்டுமில்லே. அங்கே பெண்களுக்கு மட்டும்தான் அனுமதி. அங்கே ஆலோசனை தருகிற டாக்டர், டயடீஷியன், பிசியோதெரபிஸ்ட் எல்லோருமே பெண்கள்தான். நமக்கு வசதியான நேரத்தை நாமே தேர்ந்தெடுக்கலாம். ஞாயிற்றுக்கிழமைகளிலும் திறந்திருக்கிறது. உடல் பருமனாக இருக்கும் சில பேருக்கு குடும்பப் பிரச்னைகளால் டென்ஷன் அதிகமாகி டிப்ரஷன் ஆயிடும். முதல்லே அவங்க மனசை இயல்பு நிலைக்குக் கொண்டு வந்த பிறகுதான் எடையைக் குறைப்பாங்க. இவங்களுடைய மனநலத்துக்கு ஆலோசனை தருவதற்காகவே, அமெரிக்கா மாதிரி வெளிநாடுகளுக்கெல்லாம் போய் பயிற்சி தரும் ஒரு பெண் சைகாலஜிஸ்ட் அங்கே இருக்காங்க."

"மிஸ், வரும் சனிக்கிழமையே நான் ஸ்லிம் அண்ட் கேர் வகுப்புகளிலே சேரப்போறேன். இன்னும் ஒரு மாசத்திலே அதிகப்படி எடையைக் குறைப்பேன். இழந்த முக வனப்பை மீட்பேன்" என்றாள் மல்லிகா.

அது நிச்சயம் நடக்கும் என்பது கீர்த்தனாவுக்கு தெரிந்திருந்தது.

மல்லிகா மட்டுமல்ல, மற்றவர்களும்

-:தொடர்பு கொள்ள:-

ரிஷிதா, தி.நகர், சென்னை - 17.

தொலைபேசி எண்கள்:

(044) 24332838 / 94444 13224

Advt.

என்றும் உங்களுடன்

மங்கையர் மலர்

வழங்கும்

அறிவுப் போட்டி-5

ரூ. 5,000 பரிசு



சமீபத்தில் நடைபெற்ற செய்திகளை எந்த அளவுக்கு அறிந்து வைத்திருக்கிறீர்கள்? ஒவ்வொரு கேள்விக்கும் கீழே மூன்று பதில்கள் அளிக்கப்பட்டுள்ளன. சரியான விடையைத் தேர்ந்தெடுத்து '✓' பண்ணி அனுப்புங்கள். குலுக்கல் முறையில் 20 பேருக்கு தலா ரூ. 250/- பரிசளிக்கப்படும். எங்கே.. உங்க பொது அறிவைச் சோதிச்சுப் பாருங்க!



1. தசாவதாரம் படப் பாடல் ஆடியோ வெளியீட்டு விழாவில் கலந்து கொண்ட வெளிநாட்டுப் பிரபலம் யார்?

அ. அர்னால்ட் ஸ்வார்ஸ்நெகர் ☐
ஆ. மைக்கேல் ஜாக்சன் ☐ இ. ஜாக்கி சான் ☐

2. தூக்குத் தண்டனையிலிருந்து தப்ப பாகிஸ்தான் நீதிமன்றத்தின் கருணை தேவைப்படும் இந்தியர் யார்?

அ. ரஞ்சித் சிங் ☐ ஆ. சரப்ஜித் சிங் ☐
இ. புதியா சிங் ☐



3. ராஜீவ் காந்தி கொலை வழக்கில் தண்டனை பெற்ற நளினியைச் சந்தித்த பிரபலம் யார்?

அ. ப்ரியங்கா ☐ ஆ. மாயாவதி ☐
இ. ராதிகா செல்வி ☐

4. இந்திய பெட்ரோலிய அமைச்சர் யார்?

அ. தியோரா ☐ ஆ. பாலு ☐ இ. அன்புமணி ☐



5. பி.எஸ்.வி. என்ற ராக்கெட் மூலம் ஒரே நேரத்தில் எத்தனை செயற்கைக் கோள்களை இந்தியா விண்ணில் செலுத்தியது?

அ. ஐந்து ☐ ஆ. எட்டு ☐ இ. பத்து ☐

6. எங்கு தியானம் மற்றும் யோகா பயிற்சி அளிக்க தமிழக அரசு முடிவெடுத்துள்ளது?

அ. அரசு மைதானங்கள் ☐ ஆ. கோவில்கள் ☐
இ. மனமகிழ் மன்றங்கள் ☐

7. ஐ.பி.எல்.லின் 11 போட்டிகளில் விளையாட யாருக்குத் தடைவிதிக்கப்பட்டது?

அ. ஸ்ரீசாந்த் ☐ ஆ. ஹர்பஜன்சிங் ☐ இ. சோயப் அக்தர் ☐

8. சமீபத்தில் பயங்கர பூகம்பம் ஏற்பட்ட நாடு எது?

அ. ரஷ்யா ☐ ஆ. சீனா ☐ இ. ஜப்பான் ☐

9. கோல்டு குவெஸ்ட் நிறுவனம் செய்திகளில் அடிபடுவது எதற்காக?

அ. தங்க நாணய மோசடி ☐ ஆ. தங்கச் சுரங்கங்கள் கண்டுபிடிப்பு ☐
இ. தங்கச் சிலைகள் கடத்தல் ☐

10. சிகரெட் மற்றும் மதுப் பழக்கத்துக்கெதிராக அமைச்சர் அன்புமணி எடுக்கும் நடவடிக்கையை எதிர்த்துப் பேசிய இந்தி நடிகர் யார்?

அ. ஷாருக்கான் ☐ ஆ. சுனில் தத் ☐ இ. அமிதாப்பச்சன் ☐

தொகுப்பு : ஜி.எஸ்.எஸ்.

போட்டி விதிகள் :

அறிவு விடைகளை நிரப்பி இந்தப் பக்கத்தைக் கிழித்து அனுப்புங்க. ஒருவரே எத்தனை கூப்பன்களை வேண்டுமானாலும் அனுப்பலாம். ஜெராக்ஸ் கூடாது.

அனுப்ப வேண்டிய முகவரி : அறிவுப் போட்டி - 5 மங்கையர் மலர்,
47, ஜவாஹர்லால் நேரு சாலை, ஈக்காடுதாங்கல், சென்னை - 600 032.

கடைசித் தேதி : 15.6.2008

பெயர் : .... விலாசம் : ....

....

....

தொலைபேசி எண் : .... ஈ-மெயில் : ....

SINGAPORE & MALAYSIA BANGKOK & PATTAYA

Max Incld
Every Month Tour

Chennai - Singapore - Chennai
3N/4D Rs.28,500/-

Chennai - Bangkok - Chennai
4N/5D Rs.27,800/-

Chennai - Genting Highland - Kuala Lumpur - Chennai
4N/5D Rs.27,500/-

Genting Highland - Kuala Lumpur - Singapore
7N/8D Rs.39,500/-

Bangkok - Pattaya - Gentinghighland - Kuala Lumpur - Singapore
9N/10D Rs.48,500/-

Cell: 9941 99 99 88

DOMESTIC TOURS

சிம்லா - குலுமணாலி - அமிர்தசரஸ் டெல்லி - ஆக்ரா
12 Days Tour - Rs.7,350/-

கல்கத்தா – டார்ஜிலிங் – கேங்டாக்
10 Days Tour - Rs. 6,600/-

அந்தமான் 4 days / 5 Nights - Rs.5600/-

Avail LTC / LFC

ஒரே குருப்பாக வரும் அன்பர்களுக்கு அவர்கள் விரும்பும் இடங்களுக்கு அவர்கள் விரும்பும் தேதியில் யாத்திரை செய்து தரப்படும்.

Cell: 98415 77615

METRO TRAVELS

No.67, Basha St, Chennai - 94. Ph- 2374 2466/ 2994 /2996 Cell: 98411 36563
E-Mail: metrotravelsindia@yahoo.co.in Website: www.metrotravelsindia.com

வீடுகள் விற்பனைக்கு



திருச்சி தில்லைநகர்
4 – வது கிராஸ், வட கிழக்கு விஸ்தரிப்பு No. C. 23 ல் கார் பார்க்கிங் உடன் கட்டி முடிக்கப்பட்ட

அசோகா அபார்ட்மெண்டில்

DELUXE DOUBLE BED ROOM

தரைத்தளத்தில் சகல வசதிகளுடன் வாஸ்து முறையில் கட்டப்பட்டுள்ள அமைதியான இடத்தில், விசாலமான ஹால் மற்றும் படுக்கை அறையுடன், முதல் தரமான கட்டுமான பொருட்கள் கொண்டு கட்டப்பட்டுள்ள வீடுகள் குடிபுக தயார் நிலையில் விற்பனைக்கு உள்ளன.

குறிப்பு : வீட்டில் இருந்து உச்சிப் பிள்ளையார் கோவிலை தரிசிக்கலாம். பள்ளி, கல்லூரி, மருத்துவமனை, இரயில் மற்றும் பேருந்து நிலையம் ஆகியவை மிக மிக அருகில் உள்ளது. அரசு ஆணை எண் : 320

நேரில் வந்து பார்க்கவும்

செல்லியம்மன் கன்ஸ்ட்ரக்சன்ஸ்
செல் : 99440 44221



☎ 'டூர் 64' இலவச இணைப்பில் 64 யோசனைகளைப் பிரசுரித்து, ஆனந்த டூர் செய்த களிப்பில் ஆழ்த்தி விட்டீர்களே!
இராயப்பேட்டை,
கவிஞர் அய்யாறு
எஸ். வாசுதேவன்.

☎ மணிதான் ஓசை எழுப்புமா, பூ பூக்கும் ஓசையும் ஒலிக்கும், இது மங்கையர் மலராச்சே. இளம் பிஞ்சு, டீன் ஏஜ், எங்களைப் போன்ற சீனியர் சிட்டிசன் அனைவரையும் கவரும் வண்ணம் தஞ்சாவூர் சுதம்பமாக மணக்கிறது மங்கையர் மலர்.
மயிலாப்பூர், விஜயலெட்சுமி.

☎ க்ரீன் டீ மகாத்மியம் இவ்வளவா? அதிலும், நம் ஊர் பெண், சுபலக்ஷ்மி கண்டுபிடிப்பு படித்ததும் மிகவும் பெருமையாக இருந்தது.
திருவாரூர், ராஜலக்ஷ்மி விஸ்வநாதன்.

☎ சிறுகதைகள் ஒவ்வொன்றுமே சிறப்பாக இருந்தன. அனைத்துக்கும் மேலாக 'உயில்' சிறுகதை பெற்றோரை அலட்சியப் படுத்தும் பிள்ளைகளுக்கு நல்லதொரு படிப்பினை! அன்னையர் தினத்தை முன்னிட்டு பிரசுரமான 'அம்மாவும், நாங்களும்' கவிதையின் வரிகள் உள்ளத்தை உலுக்கி, கண்ணீரை வரவழைத்து விட்டது.
ராசிபுரம், நாகை சந்திரா.



☎ சம்மர் ஸ்பெஷல் 'கம்பு இட்லி' செய்து சாப்பிட்டோம். சுவையாக இருந்தது.
கவுந்தப்பாடி, யாழ்கவின்.

☎ 'உங்க வீட்டில் சிதம்பரமா, மதுரையா?' என்ற கேள்விக்கு அனுஷாவின் பதில் என்னைப் புன்னகைப் பூக்க வைத்தது என்றால் 'ஒரு கரி நாள்' சிறுகதை வாய் விட்டுச் சிரிக்க வைத்தது.
மதுரை - 2, ஆர். ஜெயலக்ஷ்மி.

☎ பூஞ்சாரல் ஆட்டம் - பாட்டம் - கொண்டாட்டம் - அடேங்கப்பா எத்தனை இளமைத் துள்ளல்! நாம் படிக்கும்போது எல்லாம் இப்படி ஆட்டம் போடலையேனு ஏக்கம் தந்தது.

சென்னை - 39, சிம்மவாஹினி.

☎ போட்டி வெளியாகும் பக்கங்களின் பின்புறம் விளம்பரம் வெளியிட்டால் நன்று. போட்டிக்கான பக்கத்தை வெட்டி அனுப்பும் போது, பின்பக்கச் செய்திகள் மிஸ் ஆவதைத் தவிர்க்கலாம்.

சாரி... சாரி... சாரி... (ஆர்.)

சிங்கப்பெருமாள் கோவில், காமேஸ்வரி கண்ணன்.

☎ 'பூஞ்சாரல்' வண்ணப் படங்கள் நேரில் கலந்து கொண்ட திருப்தியைத் தந்தன.

சிதம்பரம், ஸ்ரீவித்யா காளிதாஸ்.

கதம்பம்!

☎ 'ஸ்ரீவித்யா சுரேஷ்' எழுதிய 'ஒரு கரி நாள்' கற்பனையல்ல, உண்மை. நகைச்சுவையாக நி(ஜ)தரிசனத்தை எழுதி விட்டார்.

சென்னை - 73, பிச்சை சுவாமிநாதன்.

☎ மாணவிகளின் கேள்விக்கு, நா. முத்துக்குமார் பதிலளிக்கையில் பிடித்த டாப்டென் பாடல்களைக் கூறும்போது,

''உள்ளம் என்பது ஊமை'' என எழுதியிருந்தார். ''உள்ளம் என்பது ஆமை. அதில் உண்மை என்பது ஊமை'' என்பதுதான் சரி!

சின்ன காஞ்சிபுரம், என். சீனிவாசன்.

☎ 'தொட்டால் பூ மலரும்' தொடரைப் படிப்பது ஒரு சுகம் என்றால், காணக் கிடைக்காத அந்தக் காலப் புகைப்படங்களைப் பார்த்து ரசிப்பது தனி சுகம்!

கிருஷ்ணகிரி - 1, சி. விஜயாம்பாள்.

☎ ஒன்பதாம் வகுப்பு மாணவியாகிய நான், 'கோகுலம்' மற்றம் சிறுவர்கள் மலரைப் படிப்பேன். இந்த விடுமுறையில் என் ஆச்சி படிக்கும் மங்கையர் மலரைப் படித்தேன். அதில் சிறுகதை களும், 'ஆஹா 50'ம் என்னைக் கவர்ந்தன என்றாலும், கவிதா ஹரிகிருஷ்ணனின் கற்பனைத் திறன் வியக்க வைத்தது. இனி மங்கையர் மலரைத் தொடர்ந்து படிப்பேன்!

சென்னை - 92,

ரா. கலைச்செல்வி.

☎ எந்த நாடானால் என்ன... தாய்மையின் பாஷை ஒன்றே தான். அதுதான் அளப்பற்கரிய பாசம்! கீதா பென்னட் எழுதிய 'கடவுள் பரிசு' கட்டுரை கண்களில் நீரை வரவழைத்து விட்டது!

பெங்களூர், விஜயா ராஜன்.

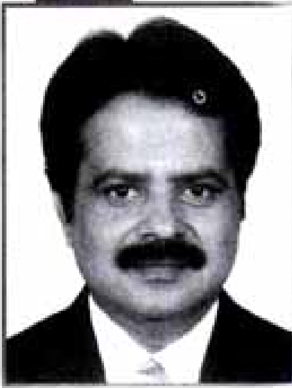
☎ வெயில் அதிகரித்ததால் கடும் வயிற்று வலியால் அவதிப்பட்ட நான், மங்கையர் மலரின் யோசனைப்படி வெற்றிலையின் மீது விளக்கெண்ணெயைத் தடவி வயிற்றின் மீது போட்டு விட்டதில், நல்ல பலன் கிடைத்தது.

பாலக்காடு, என். சம்பத்.

☎ உங்கள் மாத இதழ் புத்தகம் கடந்த மூன்று மாதங்களாகத் தான் வாங்கிப் படிக்கிறேன். உங்கள் புத்தகம் படித்தபின் தான் படிக்கும் ஆர்வமே வந்தது. இவ்வளவு நாளாக எப்படித் தவற விட்டேன் என்றே தெரியவில்லை. எவ்வளவு டிப்ஸ், கதை, கவிதை, போட்டிகள்! பாராட்ட வார்த்தைகளே இல்லை.

விழுப்புரம், எஸ். சத்யா.

குழந்தைபேறின்மைக்கு இலவச தொலைபேசி வழி ஆலோசனை



Dr. R. ஞானசம்பந்தம்

சென்னை ஏ.கே.பி. ஹோமியோபதி மருத்துவ ஆராய்ச்சி மையம் குழந்தைப்பேறில்லாத தம்பதியருக்கு இலவச தொலைபேசி வழி ஆலோசனை வழங்க ஏற்பாடு செய்துள்ளது. பிரபல ஹோமியோபதி மருத்துவர் Dr. R. ஞானசம்பந்தம் மற்றும் மருத்துவக் குழுவினரிடம் நேரடியாக தொலைபேசியில் உரையாடலாம்.

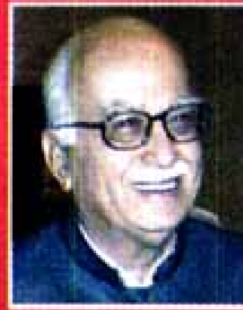
15.6.2008 ஞாயிறு காலை 9 மணி முதல் 1 மணி வரை ஆலோசனை வழங்குவார்கள். நேரில் சந்தித்து விளக்கம் பெற முடியாதவர்களுக்காக இந்த நிகழ்ச்சி ஏற்பாடு செய்யப்பட்டுள்ளது.

ஆண்களின் பொதுவான பிரச்சனைகளான ஆண்மைக் குறைவு, மீசை தாடி வளராமை, இரத்தநாள புடைப்பு (Varicocele) கட்டிகள் போன்ற நோய்களுக்கு விளக்கம் அளிப்பார்கள்.

பெண்களின் குழந்தை பேறின்மைக்கு முக்கியக் காரணங்களான கருப்பை நீர்க்கட்டிகள் (PCOD), தைராய்டு கோளாறுகள், மாதவிடாய்க் கோளாறுகள், கருப்பைக்கட்டிகள் போன்ற பிரச்சனைகளுக்கும் விளக்கம் பெறலாம். மனவியல் ஆலோசனையும் (Counseling) வழங்கப்படும்.

தொடர்பு கொள்ள வேண்டிய தொலைபேசி எண்கள் : 044-28113300, 28116600. மேலும் விபரங்களுக்கு www.homeomiracles.com என்ற இணையதளத்தைப் பார்க்கவும்.

Advt.





ரூ. 5,000 பரிசு அறிவுப் போட்டி-4 முடிவு பரிசு பெறும் அதிர்ஷ்டசாலிகள்!

குலுக்கல் முறையில் ரூ 250/- பரிசு பெறும் இருபது அதிர்ஷ்டசாலிகளின் பட்டியல் இதோ!

1. எஸ். மைதிலி, தஞ்சாவூர், 2. உமாசத்தியம், வேலூர் -4, 3. எம். அனிஸாபேகம், கரட்டிபாளையம், 4. எஸ். கமலா, பூனா, 5. ஜயமணி, கேரளா, 6. லட்சுமி சுதாகரன், திருச்சி - 21, 7. ஆர். மீனாகுமாரி, நவி மும்பை, 8. பி. சத்தியவதி, சின்னமொடச்சூர், 9. ஆர். ஜெயந்தி, கர்நாடகா, 10. ஆர். கல்பனா, காலடிப்பேட்டை, 11. மங்களம் ஜெயராமன், ரங்கம்பாளையம், 12. கே. கஸ்தூரி, வேலூர், 13. எம். உஷா, கோயமுத்தூர், 14. லக்ஷ்மி பாலசுப்ரமணியன், பெங்களூர், 15. எஸ். வர்ஷா, தூத்துக்குடி, 16. ஈஸ்வரி அருண், திருச்சி - 18, 17. ஆர். கே.என். சகுந்தலா ஸ்ரீனிவாசன், மும்பை, 18. உஷா சங்கர், மல்லேஸ்வரம், 19. என். கலா, சென்னை - 28, 20. பா. ஸோஃபியா, அம்பத்தூர்.

விடைகள் :

1. டிசம்பர் - 2012, 2. ஷாஜஹான், 3. பாகிஸ்தான், 4. அறுபது, 5. சரத்குமார், 6. அத்வானி, 7. கால்பந்து, 8. ஜெயா, 9. ஒரிசா, 10. டென்னிஸ்.

மே 2008ல் வெளியான அறிவுப் போட்டி -4 விடைகள்

Estd. 1989 ஸ்ரீசுந்தர விநாயகர் துணை உ தேவதானப்பட்டி ஸ்ரீ காமாட்சி அம்மன் துணை

காலை காபி, 3 வேளை சைவ உணவு, தங்கும் வசதி, தினசரி ஒரு லிட்டர் மினரல் வாட்டர், Rs. 1 Lakh Travels Insurance உள்பட 3 Tier இரயில் சுற்றுலாக்கள்.

14-07-08 & 04-08-08 & 12-08-08 & 18-09-08 மற்றும் 19-10-08 முதல் : 10 நாட்கள்
டெல்லி–திரிவேணி–காசி–சாரணாத்–வியாசகாசி–கயா–புத்தகயா–கல்கத்தா ரூ. 4600

★ இத்துடன் டெல்லி–பூரி–புவனேஸ்வர்–கோனார்க் உள்பட – 11 நாட்கள் ரூ. 4990

★ இத்துடன் ஆக்ரா–மதுரா–அமிர்தசரஸ்–வாகாபார்டர்–ஹரித்துவார்–ரிஷிகேஷ் உள்பட – 14 நாட்கள் ரூ. 6490

10-06-08 & 14-07-08 & 12-08-08 முதல் 13 நாட்கள் மதுரா–ஆக்ரா–பிருந்தாவன்–டெல்லி–ஹரித்துவார்–ரிஷிகேஷ்–**பத்ரிநாத்–கேதார்நாத்** ரூ. 6400

★ இத்துடன் திரிவேணி–காசி–கயா–கல்கத்தா–பூரி–புவனேஸ்வர்–கோனார்க் உள்பட – 17 நாட்கள் ரூ. 8200

14-07-08 & 12-08-08 & 18-09-08 முதல் 12 நாட்கள் : மதுரா–ஆக்ரா–பிருந்தாவன்
டெல்லி–குருக்ஷேத்திரம்–சண்டிகார்–**சிம்லா–குப்ரி–மணிக்கரன்–குலு–மணாலி**–ரோத்தங்பாஸ்–வசிஷ்டாபாத் ரூ. 6590

★ இத்துடன் அமிர்தசரஸ்–வாகாபார்டர்–**ஜம்மு–வைஷ்ணவதேவி** உள்பட 16 நாட்கள் ரூ. 7990

10-06-08 & 14-07-08 & 12-08-08 முதல் 12 நாட்கள் பூரி–புவனேஸ்வர்–கோனார்க்–கல்கத்தா
சயன்ஸ்சிட்டி–**டார்ஜிலிங்–கேங்டாக்(சிக்கிம்)**–சங்குலேக்–பாபாமந்திர்–மந்தாகினி வாட்டர் பால்ஸ் உள்பட ரூ. 6590

16-07-08 முதல் 16 நாட்கள் ராஜஸ்தான் – பஞ்சதுவாரகா சுற்றுலா ரூ. 7990

19-06-08 & 9-07-08 முதல் கப்பல் மற்றும் விமானம் மூலம் அந்தமான் சுற்றுலா சைவ உணவு மற்றும் தங்கும் வசதியுடன் சுற்றுலா

அமர்நாத், கைலாஷ், மூணாறு, நேப்பாள், இலங்கை, சிங்கப்பூர், மலேசியா சுற்றுலாக்களுக்கு அணுகவும்

மதுரையிலிருந்து அனைத்து சுற்றுலாத்தலங்களுக்கும் சென்றுவர DVD வசதியுடன் கூடிய A/c மற்றும் Non A/c கார், வேன், மினி பஸ் வாடகைக்கு கிடைக்கும்.

* L.T.C. ரசீது தரப்படும். II Tier A/c & III Tier A/c சுற்றுலா உண்டு

சன் டிராவல்ஸ்

Prop. K. சிதம்பரம், B.Sc., B.Ed.,
செல் : 98421 - 56668

மதுரை : 3, தெற்கு மாசி வீதி, T.M. கோர்ட் (நாகலு காபி எதிரில்) மதுரை – 1. போன் : 2341133
சென்னை : 30, நடேசன் தெரு, (சிவா–விஷ்ணு ஆலயம் அருகில்) T. நகர் சென்னை–17 போன் 24359194, செல் 93645-59194
திருப்பூர் : J.R. சந்திரசேகர், C-32, சேரன் நகர், சினி பார்க் தியேட்டர் ரோடு, திருப்பூர்–6. செல் : 93446 10317
கும்பகோணம் : பிரசாத் போட்டோ ஸ்டுடியோ, 13-B, கோதண்டபாணி தெரு, கும்பகோணம். போன் : 0435 - 2433550

மயில்ரங்கம் அருள்மிகு கொங்கியம்மன் ஆலயத் திருப்பணி கைங்கர்யம்

Mailrengam Welfare Trust (Regd.), Kanchiraj, 25, Ram Nagar Ist Main Road Extn., Nanganallur, Chennai - 600 061, India. Mobile : 91 94446 27947

மயில்கள் வண்ணத் தோகை விரித்தாடுவதற்கொப்ப - பச்சைப் பசேலென - நன்செய் நிலங்களின் நடுவே, இயற்கையன்னையின் எழில்மிகு சூழ்நிலையில் கொங்கியம்மன் கொலு வீற்றிருக்கிறாள். அனைவரையும் காப்பாற்றி வருகிறாள். 'சப்த மாதாக்களில் வைஷ்ணவி' அம்சமாகக் கருதப்பெறும் அம்மன், ஆலமரத்து நிழலில் அமர்ந்து காட்சி நல்கி - ஆட்சி புரிகிறாள். அருள்மிகு கொங்கியம்மன் ஆலயம் சுமார் முந்நூறு ஆண்டுகளுக்கு முன்னால் கட்டப்பட்டது. லால்குடி தாலுகா மயில்ரங்கம் கிராமத்தில் உள்ளது. இப்போது இந்த ஆலயத்தின் புனரமைப்பு மிக்க அவசியமாகியிருக்கிறது.

ஒரு ஏக்கர் நிலப்பரப்பில் கொங்கியம்மனின் உறைவிடம் புதுப்பிக்கும் திட்டம் நடைபெற்று வருகிறது. ஆலயத்தைச் சுற்றி, சுற்றுப்புறச் சூழலும் நன்கு அமைந்திட திட்டம் உள்ளது. இந்தச் சீரமைப்புப் பணியின் முதற்படியாக - மெயின் ரோடிலிருந்து கோயில் செல்லும் வழியில் - வாய்க்காலின்மேல் பாலம் சுமார் 25 இலட்ச ரூபாய் செலவில் ஆன்மிக அன்பர்களின் உதவியுடன் கட்டப்பட்டுள்ளது.

அடுத்து செயலாக்கப்படவேண்டிய திருப்பணி:- சுமார் 1000 அடி நீளத்துக்கு சாலை அமைத்தல், தண்ணீர் வசதிக்காக ஆழ் கிணறுகள் அமைத்தல், கர்பகிரஹம் முன் மண்டபம் அமைத்தல், கர்பகிரஹம் சீரமைப்பு மற்றும் மடப்பள்ளி, தோட்டம், கோயிலைச் சுற்றி மதிற்சுவர் கட்டுதல், இத்திட்டங்களுக்கு ஆகும் செலவுத் தொகை சுமார் 40 இலட்சம்.

ஆன்மிகச் செல்வர்கள் தங்களால் இயன்ற நிதியுதவி செய்யுமாறு அன்புடன் வேண்டுகிறோம்.

தங்கள் நன்கொடையை 'மயில்ரங்கம் வெல்ஃபேர் ட்ரஸ்ட்' (Mailrengam Welfare Trust) என்ற பெயருக்கு பணமாகவோ - காசோலையாகவோ டிராப்டாகவோ, அல்லது பாங்க் டிரான்ஸ்பர் மூலமாகவோ அனுப்பவும்.

City Union Bank Ltd.,
S.B. A/c No.16244
IFC Code - CIUB0000104

தங்களது மேலான ஒத்துழைப்பை கோரும்
அன்பர் குழு
For Mailrengam Welfare Trust
(M.D.Venkataraman)



இன்காண்டினன்ஸா?

சில முக்கியமான கேள்விகளுக்குப் பதில் சொல்வதற்கு முன்னால், 'இன்கான்டினன்ஸ்' எனப்படும், அடக்கினாலும் முடியாமல், பெண்கள் தாங்கள் அறியாமலே சிறுநீர் கசிவது தொடர்பான சில விவரங்களை வெளியிடுவது நல்லது என்று நினைக்கிறேன்.

இந்தக் குறைபாடு ஒன்றும் உயிர்க் கொல்லி நோய் கிடையாது. தரமான நல்ல வாழ்க்கையை வாழ முடியாமல் அவஸ்தைப்படுத்தும் வகையைச் சேர்ந்தது. சுமார் 50 முதல் 60 சதவிகித மகளிர் இந்தக் குறைபாட்டால் அவதிப்படுகிறார்கள் என்றாலும், வெளிப்படையாகச் சொல்ல வெட்கப்படுகிறார்கள் என்பதே உண்மை. இதில் வருத்தம் தரும் உண்மை என்ன என்றால், 50 சதவிகிதம் பேர், இதை வயதானால் வரும் உபாதை என்று எடுத்துக் கொண்டு விடுவது தான். அதனாலேயே தங்கள் மருத்துவரிடமும் இதுபற்றி விவாதிப்பதில்லை. இந்தத் 'தொல்லை'யோடு வாழ்க்கையைத் தள்ளிவிடுவோமே என்று முடிவு செய்து விடுகிறார்கள்.

இன்னொரு வருத்தத்துக்குரிய செய்தி என்னவென்றால், மருத்துவர்களும் இந்த அவதி பற்றியோ அதற்கான சிகிச்சை முறை பற்றியோ முழுமையாக அறிந்திருப்பதில்லை. அதனால், இந்தப் பிரச்னையோடு மருத்துவரை அணுகும் மகளிர்,

எந்தப் பல னும் கிட்டாமல் விடப்படுகிறார்கள்.

மிகவும் முன்னேறிய நாடாகக் கருதப்படும் அமெரிக்காவில்கூட, ஐந்து வருடங்கள் தாமதித்து விட்டுத்தான் டாக்டரை அணுகி சிகிச்சை பெறு கிறார்கள்!

எல்லா மகளிருக்குமே வாழ்க்கையின் ஏதாவது ஒரு கட்டத்தில் சிறுநீர்க்கசிவு பிரச்னை வரும்; அதற்காக அவர்கள் எல்லாம் சிகிச்சையை நாடி டாக் டரிடம் வரவேண்டிய அவசியம் இல்லை.

ஆனால் தங்கள் அன்றாட வாழ்க்கையையும், சமூக வாழ்க்கையையும் பாதிக்கும் அளவுக்கு அதன் குறுக்கீடு தீவிரமாக இருந்தால் மட்டுமே சிகிச்சை தேவைப்படுகிறது.

'இன்கான்டினன்ஸ்' எத்தனை வகை என்று மேலோட்டமாக ஒரு பார்வை பார்ப்போம் :

★ உடல் அழுத்தம் (ஸ்ட்ரெஸ்) காரணமான சிறுநீர்க் கசிவு. இந்த அழுத்தம்தான் இருமினாலோ தும்மினாலோ சிறுநீர்க்கசிவை உண்டாக்குகிறது.

★ அடக்க முடியாத (அர்ஜ்) சிறுநீர்க்கசிவு. முதல் வகைதான் சாதாரணமாக அவதிக்குள்ளாக்கும். ஆனால் சிகிச்சைக்கு வருகிறவர்கள், இந்த இரண்டு வகையைச் சேர்ந்தவர்கள்தாம்.

★ வயதானவர்கள், இடுப்பு எலும்பு முறிவு, ருமட்டாய்ட் அல்லது ஆஸ்ட்டியோ ஆர்த்ரைட்டிஸ் காரணமாக, நடந்து பாத்ரூம் போவதற்குள் ஏற்படும் சிறுநீர்க் கசிவை 'ஃபங்க்ஷனல்' இன்கான்டினன்ஸ் என்பார்கள்.

★ முதுகெலும்பில் அடிபட்டு, நரம்புத்தளர்ச்சியால் வரும் சிறுநீர்க்கசிவு நியுரோஜெனிக் வகையைச் சேர்ந்தது.

அப்படின்னா...?

இவை எல்லாமே, தொடர்ந்து வரும் சிறுநீர்க் கசிவு வகைதாம். நார்மலாக இருந்து, திடீரென்று வருவது, ஃபிஸ்ட்டுலா இன்கான்டினன்ஸ். தொடர்ந்து சிறுநீர்க்கசிவு இருந்துகொண்டே இருக்கும். அதனால் அவர்களிடம் எப்போதும் சிறுநீர் வாடை வீசும். அதனால் ஒதுக்கப்பட்டுவிடும் நிலை உண்டாகும்.

பொதுவாகவே, எந்த வகையைச் சேர்ந்த சிறுநீர்க் கசிவாக இருந்தாலும் எந்த நிகழ்ச்சிக்கும் போக முடியாத நிலை, பூஜை, கோயில்கள் என்று புனித இடங்களுக்குப் போக இயலாத நிலை, பட்டுப் புடவை உடுத்த முடியாத நிலை, விளை யாட்டுகளிலோ, 'ஜிம்'மிலோ பங்குகொள்ள முடியாத நிலை, வேலைக்குப் போக முடியாத நிலை, தாம்பத்திய உறவு மேற்கொள்ள முடியாத நிலை என்று எத்தனை



டாக்டர் கார்த்திக் குணசேகரன் பதில்கள்

விதமான தடைகள்!

இதிலிருந்து விடுபட முடி யும் என்பதை வலியுறுத்தவே இத்தனை விவரங்கள் தந்திருக் கிறேன்.

இனி, சில முக்கியமான கேள்விகளைப் பார்க்கலாம் :

பார்வதி, ஹைதராபாத்.

என் வயது 65. ஹார்ட் பேஷண்ட். வயிற்றில் மூன்று சர்ஜரி ஆகியிருக்கிறது. சர்க்

கரை இல்லை; இரத்த அழுத்தம் இல்லை. பகலும், இரவும் அடிக்கடி சிறுநீர் போகிறது. எங்கேயாவது வெளியில் போக வேண்டுமானால் கஷ்டமாக இருக்கிறது.

ஓவர் ஆக்டிவ் பிளாடர் அல்லது அர்ஜ் இன்கான்டினன்ஸ் வகை இது.

மூளைக்கும் சிறுநீர்ப் பைக்கும் உள்ள தொடர்பு சரியாக உருவாகாததால் இப்படி அடிக்கடி சிறுநீர் கழிக்கத் தோன்றுகிறது. உங்களுக்கு சிறுநீர்ப்பை இறங்க வாய்ப்பு இருக்கிறது. அதில் சிறுநீர் தங்கி, மீண்டும் சிறுநீர் போகத் தூண்டும். ஒருவேளை மெனோபாஸ் காரணமாக (திசுக்கள் சுருங்கி அட்ரோஃபி நிலையில்) கூட இது வரலாம். நீங்கள் யூரோடைனமிக்ஸ் பரிசோதனை செய்து கொள்ள வேண்டும். ஓவர் ஆக்டிவ் பிளாடர் பிரச்னைக்கு மருந்துகள் கொடுக்க லாம். 'அட்ரஃபி' இருந்தால் எஸ்ட்ரோஜன் க்ரீம் பயன்படுத்த வேண்டும்.

ஜி. ஜெயந்தியின் தாயார், மும்பை

எனக்கு 74 வயது. சிறுநீர்க்கசிவுக்கு, ஒன்றிரண்டு மருத்துவர்களிடம் சிகிச்சை பெற்றும் நிரந்தர குணம் கிடைக்கவில்லை. இரண்டு மணி நேரத்துக்கு ஒருமுறை சிறுநீர் கழிக்க வேண்டியிருக்கிறது. பிஹேவியர் மாடிஃபிகேஷன் என்றால் என்ன?

நீங்கள் உட்கொள்ளும் நீரின் அளவு என்ன என்று பார்க்க வேண்டும். நீர் உட்கொள்வதைக் கட்டுப்படுத்துவது உதவும். உணவு முறைகளில் மாறுபாடு செய்து கொண்டால் பலன் கிடைக்கும். (சென்ற மங்கையர் மலர் இதழைப் பார்க்கவும்.)

சிறுநீர் போவதைத் தவிர்க்காமல், 1, 1½ மணி இடைவெளிக்குப் பதில், 2 - 2½ மணி நேரம் ஆக்கி மெல்ல மெல்ல சிறுநீர்ப்பையை உங்கள் கட்டுப்பாட்டில் கொண்டு வரலாம்.

ஏ. ஜெயலட்சுமி, அம்பத்தூர், சென்னை - 53.

சிறுநீர்க் குழாய்க்குக் கீழே சிறிய நாடா சப்போர்ட் இருந்தால் சிறுநீர்க்கசிவைத் தடுக்கலாம் என்று கூறியுள்ளீர்கள். இந்த நாடாவை உடம்பில் வைத்தால், வேறு ஏதாவது பாதிப்பு ஏற்படுமா?

இது எளிய சிகிச்சை. 10-11 வருடங்களாகச் செய்யப்பட்டு வருகிறது. இதை ஸ்லிங் ஸர்ஜரி என்போம். ப்ரோலைன் நாடாவை, கீ-ஹோல் சர்ஜரி மூலம், சிறுநீர்க் குழாயின் அடியில் பொருத்தி விடலாம். இது எளிய சிகிச்சை முறைதான். காலையில் வந்து, சிகிச்சை பெற்று, மாலை வீடு திரும்பி விடலாம்.

இதில் வலி இருக்காது. இரத்தக்கசிவு இருக்காது. வாழ்நாள் முழுதும் சௌகரிய மாக இருக்கலாம். எந்த பிரச்னையும் இல்லை. ஹெர்னியாவுக்கு வைப்பது போன்ற வலைதான் இது. 100க்கு 97% வெற்றி அளித்திருக்கும் சிகிச்சை இது.

(தொடரும்)

தொகுப்பு : சாருகேசி



கோடை உஷ்ணத்தால் தலை முடி எண்ணெய்ப் பசை காய்ந்து வறண்டு காணப்படும். 4 டீஸ்பூன் வால் மிளகு, 2 டீஸ்பூன் வெந்தயம் இவற்றுடன் சிறிது கசகசாவைச் சேர்த்து, பசும்பாலில் ஊறவைத்து அரைக்கவும். இதைத் தலையில் தேய்த்து 20 நிமிடங்கள் கழித்துக் குளித்தால் கூந்தல் வறட்சியின்றி இருக்கும்.

- என். ஜரினாபானு, திருப்பட்டினம்.



வெளிநாட்டுப் பயணமா? உஷார்!

அண்மையில் நானும் என் கணவரும் அமெரிக்காவில் உள்ள ஸான்ஃபிரான்ஸிஸ்கோவிலிருந்து லண்டனுக்கு பிரிட்டிஷ் ஏர்வேஸ் விமானம் மூலம் பிரயாணம் செய்தோம்.

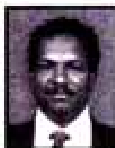
விமானம் கிளம்பி ஒன்றரை மணி நேரமாகியிருக்கும். பயணி ஒருவருக்கு திடீரென உடல்நலக் குறைவு ஏற்பட்டது. ஸ்ட்ரோக் என்றார்கள். அவருக்கு உடனே மருத்துவச் சிகிச்சை தேவைப்படுவதால் விமானத்தைச் சற்று திருப்பி கனடாவிலுள்ள வின்னிபெக் விமான நிலையத்திற்குக் கொண்டு செல்வதாக அறிவித்தார்கள்.

விமானம் வின்னிபெக்கில் தரையிறங்கியது. எல்லாப் பயணிகளையும் ஏர்போர்ட்டில் லவுஞ்சில் உட்காரச் சொன்னார்கள். அப்போது அமெரிக்க நேரப்படி காலை 2 மணி. அவசர நிலைமை என்பதால் வெகு நேரமாகப் பயணிகளுக்கு விமானத்தில் உணவு ஒன்றும் அளிக்கப்படவில்லை. சுமார் 1 மணி நேரம் உட்கார்ந்திருந்தோம். பிறகு வின்னிபெக் விமான நிலைய அதிகாரி ஒருவர் வந்து எங்களை ஏதாவது ஹோட்டலில் சென்று தங்கிக் கொள்ளுமாறு கூறினார். அன்று இரவு தான் விமானம் மறுபடி புறப்படும் என்றும் தெரிவித்தார். பிரிட்டிஷ் ஏர் வேஸுக்கு அந்த விமான நிலையத்தில் ஆபீஸ் இல்லாததால் எங்கள்



சிறுநீரகக் கற்களா? ஆபரேஷன் வேண்டாம்!!

30 நாளில் முழுமையாய் கரைந்துவிடும் அதிசயம்!



சிறுநீரகக் கற்களால் சொல்ல முடியாத வேதனையா? வயிற்றில் ஊசியால் குத்துவது போன்ற வலியா? உட்காரவும் முடியாமல் நிற்கவும் முடியாமல் வேதனைப் படுகிறீர்களா? 5 mm அளவுக்கும் அதிகமாக இருக்கிறது; இனி ஆபரேஷன் செய்ய வேண்டும் என்று உங்கள் டாக்டர் கூறிவிட்டாரா? ஒன்றுக்கும் மேற்பட்ட சிறுநீரக கற்களால் அவதிப்படுகிறீர்களா? சிறுநீரகக் கற்களுக்காக ஆபரேஷன் செய்த பிறகும் திரும்பத் திரும்ப கற்கள் உண்டாகிறதா? சிறுநீரகக் கற்களால் உங்கள் சிறுநீரகம் செயலிழக்கும் ஆபத்தில் உள்ளதா? கவலையே வேண்டாம். மூலிகைச் சாறு சிகிச்சையால் சிறுநீரகக் கற்களை 30 நாட்களில் முழுமையாய் கரைத்து சிறுநீர் வழியே வெளியேற்றுகிறோம். மற்றும் பித்தப்பை கற்களுக்கு சிகிச்சை அளிக்கிறோம்.

சிறுநீரகக் கோளாறு, ஹெப்படைடிஸ் பி, சோரியாசிஸ், சர்க்கரை வியாதி, தோல் நோய்கள், ஆர்த்ரைடிஸ், எலும்பு தேய்மானம், கர்ப்பப்பை கோளாறு, குழந்தையில்லா குறைபாடு, கேன்சர் போன்ற நோய்களுக்கும் சித்த மூலிகை சிகிச்சையால் குணமாக்குகிறோம். ஏ.சி. வசதியுடன் கூடிய உள்நோயாளர் பிரிவும் உண்டு. தங்கி சிகிச்சை எடுக்கலாம்.

மேலும் விபரங்களுக்கு:

டாக்டர் க. திருத்தணிகாசலம்

ரத்னா சித்த மருத்துவமனை மற்றும் மூலிகை ஆராய்ச்சி மையம்,

750, பெரியார் நெடுஞ்சாலை,

N.S.K. நகர், அரும்பாக்கம், சென்னை-106.

☎ : 2622 3828, 2622 4688,

94433 74341, 94445 34444,

Email : thiruthani12@yahoo.co.in

www.rathnasiddha.com

விமானத்திலிருந்து பணியாளர் யாரும் வந்து உதவவில்லை.

வெளியே கடும் குளிர்க்காற்று. அப்படிப்பட்ட குளிருக்குத் தேவையான உடைகள் யாரிடமும் இல்லை. ஹோட்டலுக்கு எங்கு செல்ல வேண்டும், ஹோட்டலுக்கு எவ்வளவு செலவாகும் என்றும் யாருக்கும் தெரியவில்லை.

மாற்று உடைகள், அத்தியாவசியமான மருந்துகள் இவைகளும் பலரிடம் இருக்கவில்லை. நல்லவேளையாக எங்களிடம் க்ரெடிட் கார்டு இருந்தது. அங்கு எங்களுக்கு அறிமுகமான சக பிரயாணிகளான தமிழ்த் தம்பதியர் தங்கள் செல்ஃபோனை எங்களுக்குத் தந்து உதவினர். ஹிந்தி பேசும் டாக்ஸி டிரைவர் ஒருவர் கிடைத்தார். அவர் நல்ல ஹோட்டலுக்குப் போக உதவி செய்தார். எப்படியோ சமாளித்தோம்.

நான் இதை எழுதுவதன் நோக்கம் வெளிநாடுகளில் பிரயாணம் செய்யும் போது நாம் கவனிக்க வேண்டிய சில விஷயங்களைப் பற்றிக் கூறத்தான்.

1. முதலாவதாக நமக்கு வேண்டிய அத்தியாவசிய மருந்துகள் வேண்டிய அளவு கைவசம் வைத்திருக்க வேண்டும்.

2. தேவையான பணம், க்ரெடிட் கார்டு, செல்ஃபோன் மிக அவசியம்.

3. மாற்று உடை, ஜாக்கட், சால்வை, மஃப்ளர் போன்றவற்றை கேபின் லக்கேஜிலேயே வைத்திருப்பது நல்லது.

4. பசிக்கு ஏதாவது (கிரனோலா பார் மாதிரி) உடன் வைத்திருப்பது நல்லது.

இப்போதெல்லாம் வயதான பெற்றோர் பிரயாணம் செய்வது அதிகமாகியிருக்கும் நிலையில் என் இந்த அனுபவம் அவர்களுக்கு உதவியாக இருக்கும் என நம்புகிறேன்.

- பாலம் சுந்தரேசன்,
கோயமுத்தூர்.

ஆயுர்வேதா




சிறப்பு சிகிச்சை முறையில் பூரண குணம் பெறலாம்...



ஸ்ரீவர்மா மருத்துவமனை
63. ஆர்காடு ரோடு. கோடம்பாக்கம். சென்னை - 24.
☎ 044-65187372, 65431432



ஸ்ரீவர்மா மருத்துவமனை

4500 ஆண்டுகளுக்கு முன்பு இமயமலையில் தோன்றிய ஆயுர்வேத சாஸ்திரங்களின் தேவரகசியம் இப்பொழுது உங்களுக்காக, தீராத நாட்பட்ட நோய்களில் இருந்து பூரண குணம் பெறவும், மீண்டும் நோய்வராமல் தடுக்கவும் செய்யப்பட்ட சிகிச்சை முறையே ஆயுர்வேதா & வர்மா சிகிச்சை முறை. இந்த சிகிச்சையால் எத்தகைய கொடிய நோய்களில் இருந்தும் முழுமையாக நிவாரணம் பெற முடிந்தது. வர்மசிகிச்சை பாரம்பரியம் பாரம்பரியமாக இராஜரகசியமாக காக்கப்பட்டது. ஆயிரக்கணக்கான நோயாளிகளுக்கு மருத்துவரீதியில் நிரூபிக்கப்பட்ட இதன் பலன்கள் உங்களையும் குணப்படுத்தும். ஆரோக்கியமான வாழ்க்கைக்கு என்றென்றும் ஸ்ரீவர்மா மருத்துவமனை...

தீராத முதுகுவலியா ? Disc Prolapse...?

தண்டுவடத்திற்கு இடையே உயவுத்தன்மையை கொடுக்கும் பசைபோன்ற திரவம் குறைவதால் முதுகு எலும்புகள் ஒன்றோடொன்று உராய்ந்து தேய்மானம் அடைகிறது. இதனால் ஆரம்பத்தில் முதுகுவலி மற்றும் நீண்ட நேரம் அமர்ந்து வேலை செய்ய முடியாதது, கை, கால் நரம்புகள் மரத்து போதல், தூக்கமின்மை போன்ற அறிகுறிகள் தோன்றும். வெறும் வலி நிவாரணிகளை மட்டும் உபயோகிப்பதால் இறுதியில் Disc Prolapse என்னும் அபாய நிலையை அடைகிறது. இந்நிலையில் அறுவை சிகிச்சையால் கூட முழுமையான பலனை பெற முடியாது. நிரூபிக்கப்பட்ட வர்ம சிகிச்சை முறையில் முதுகு தண்டுவட விலகுதல் (Disc Prolapse) பக்கவாதம் (Hemiplegia) நரம்புமண்டல வியாதிகள் (Nervous Disorders) முழுமையான நிவாரணம் பெறலாம்.

எத்தனை வருடங்கள் ஆனதானாலும் குணம் பெறலாம். கேரளவர்மா, பஞ்சகர்மா சிறப்பு சிகிச்சை அளிக்கப்படுகிறது.

PCR மஹாராஜா தைலம்®



வெறும் வலிநிவாரணி மட்டும் அல்ல! ஓர் நிரூபிக்கப்பட்ட ஆயுர்வேத மருந்து!!



மூட்டு வலியா ? இனி கவலை வேண்டாம் !

சாதாரண வலிநிவாரணிகள் அந்த நேரத்திற்கு வேண்டுமானால் சிறிது பலன் தரலாம். ஆனால் மூட்டுகள் தொடர்ந்து ஒன்றோடொன்று உராய்வதனால் தேய்மானம் அதிகமாகிறது. இறுதியில் சரிசெய்ய முடியாத நிலையை அடைகிறது. அப்போது அறுவை சிகிச்சையை தவிர வேறு வழியே இருப்பதில்லை. ஆனால் மஹாராஜா தைலம், ஒப்பற்ற ஆயுர்வேத மருந்துகளால் ஆன கலவையானது மூட்டுவலியின் அடிப்படைக் காரணியில் செயல்படுகிறது. இது மூட்டுகளில் ஆழ்ந்து ஊடுருவி உராய்வுத்தன்மையை குறைக்கிறது. இதில் சேர்க்கப்பட்ட ஐந்து விதமான எண்ணெய்களும் 63 வகையான மூலிகைகளிலிருந்து பெறப்பட்ட சாரமாகும். தினசரி இரவு தூங்கும் முன்பு 5மிலி. - 10மிலி. தைலத்தை மிதமாக சூடுசெய்து மூட்டுகளில் தடவி சிறிது தேய்த்துவிடவும். காலையில் எழுந்தவுடன் வெந்நீரில் ஒத்தடம் கொடுக்கலாம். 3 மாதங்கள் தொடர்ந்து உபயோகித்து சிறப்பான நிவாரணம் பெறலாம்.

100% Herbals ● No side effects
CLINICALLY PROVEN RESULTS

அனைத்து மருந்து கடைகளிலும் கிடைக்கும்
Available @ All Apollo Pharmacy

For Trade Enquires :
Tamilnadu : 9789056391, 92, 93, 94, 95
Chennai (Rekhan Health Care) : 9841042086
Coimbatore (Success Pharma) : 2543555, 9842245445
Trichy (Jayalakshmi Medical Agencies) : 2743433, 9842427333
Madurai (Dhanalakshmi Agencies) : 2621421, 9790645922



Shree Varma
Bio-Naturals
PREVENTIVE HEALTH CARE
12, Goubert Avenue, Pondicherry.



50!

கறுப்புக் கொண்டைக் கடலை 100 கிராம், பு. அரிசி - கால் கிலோ, முழு உளுந்து 50 கிராம் சேர்த்து அரைத்து இட்லி வார்க்கவும். 2 இட்லியுடன் வயிறு நிரம்பி விடும். அதிகப் புரதச்சத்து நிறைந்தது.

- என். உஷா நடராஜன், பம்மல்.

புரத இட்லி!

இவை எல்லாமே ஆஹா 50! தான்!

சமையல் அறையில் எக்ஸ்ஹாஸ்ட் பேன் வைக்கும்போது அடுப்புக்கு நேராக இல்லாமல் எதிர்ப்புறம் அல்லது பக்கத்தில் வைத்தால் எண்ணெய்ப் பிசுக்கு கம்மியாக இருக்கும். சுத்தம் செய்வதும் எளிது.

- சுபஸ்ரீவாசுதேவன், தஞ்சை.

அதிக வட்டி தருவதாகக் கூறி ஆரம்பிக்கும் கம்பெனிகளுக்கு அரசு அனுமதி தரக்கூடாது. இதனால் மக்கள் பாதிக்கப்படுவர் எனத் தெரிந்தால் அதற்கு தகுந்த கடுமையான நடவடிக்கை எடுக்க வேண்டும்.

- பி. சூடாமணி, வடபழனி.

எறும்புகளின் படையெடுப்பைத் தடுக்க சமையலறையில் எறும்புப் பவுடர் தூவுவது சில சமயம் விபரீதமாகி விடும். மஞ்சள் பொடியுடன் பொடி உப்பைக் கலந்து தூவுவதே பாதுகாப்பானது!

- தீப்தாஹரிணி, கோயமுத்தூர் - 46.

சிலர் இரவு கொதிக்கவைத்த நீரை மறுநாள் பயன்படுத்துவர். ஆனால், மருத்துவப்படி கொதிக்க வைத்த நீரை 6 முதல் 8 மணி நேரம் வரைதான் பயன்படுத்த வேண்டும். நீண்ட நேரம் வைத்திருந்தால் அதில் கிருமிகள் உருவாக வாய்ப்பு உண்டு.

- என். யமுனா, திருப்பத்தூர்.

வீட்டில் உபயோகப்படுத்தாத ப்ளக் பாயின்ட்டுகளை அப்படியே திறந்த நிலையில் வைக்காமல், டம்மி பிளக்குகளைக் கொண்டு மூடவும். இதனால் ஷாக் அபாயம் தவிர்க்கப்படும். பூச்சி, தூசி உள்ளே போகாது.

- ஹேமலதா ராமன், சென்னை - 17.

மாற்றுச் சாவியை பீரோவிலோ அல்லது பெட்டியிலோ வைத்துப் பூட்டுவதால் ஆபத்துக் காலத்தில் பயன்படாமல் போகிறது. இதைத் தவிர்க்க மாற்றுச் சாவியை ஏதாவது ஓர் ஆணியிலோ, வெளி அலமாரியிலோ வைக்கலாம்.

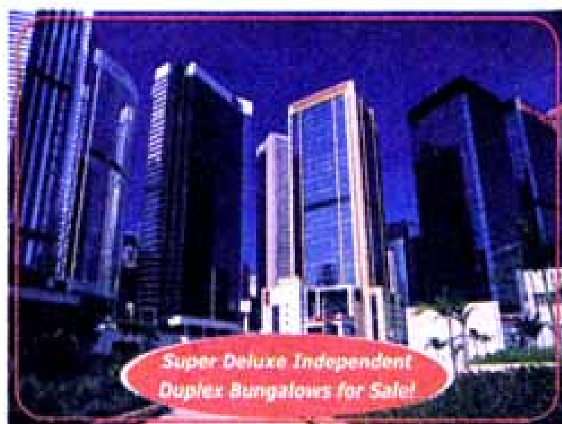
- ஆர். தங்கராஜ், திருப்பூர்.

U R Surrounded!!! International Airport - Tidel Park - 4 Lane Highway



Golden Avenue

KK Nagar,(near Aiman College) Trichy-20.



Plots starting from 1750 Sq.ft.

A Plot of Gold is ready at the end of your RAINBOW!

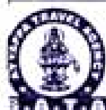

LAVANYAA
PROPERTY DEVELOPERS (P) Ltd.

Shree Baalaji Realty

Limited nos. Gold Coupon Scheme

A-5, Salai Road, Thillainagar NEE, Trichy- 620 018. Mob: 98946-24546, 99949-66440.
Ph: 0431-4021294. website: www.lavanyaa.com E-mail: info@lavanyaa.com

Also available super deluxe flats at Crawford, plots & independent houses at Karumandapam, and flats at Woraiyur.



அய்யப்பா டிராவல் ஏஜன்ஸி

ஸ்தாபகர் : S.V. அய்யப்பன்

13/27, வெள்ளாளத் தெரு, புரசைவாக்கம், சென்னை-84. (தபால் நிலையம் எதிரில்). போன் : 26431023, 42020059
E-mail : sriayyappatravels@yahoo / gmail.com / airtelmail.in

வடநாட்டு திவ்ய தேசங்கள் : மங்களாசாசன திவ்ய தேசங்களில் வடநாட்டில் 5 திவ்யதேசங்கள் - ஆக்ரா, மதுரா, பிருந்தாவனம், கோகுலம், கோவர்த்தனம், திருவாய்பாடி, டில்லி, ஹரித்வார், ரிஷிகேசம், தேவப்ரயாக், ஜோதிர்மடம், பத்ரிநாத், டில்லி, சென்னை. 23.6.08 முதல் 13 நாட்கள். ரயில், பஸ், உணவு, தங்குமிடம் உள்பட ரூ. 6,800/- + 5 நாள் சேர்த்து காசி-கயா, அலஹாபாத் ரூ. 8,600/-

மஹாராஷ்டிர யாத்திரை : 7 ஜோதிர்லிங்கம், அஷ்ட கணபதி, ஷீரடி, சனிசிங்கனாபூர், பண்டரிபுரம் உள்பட. 25.09.08 முதல் 14 நாட்கள். ரயில், பஸ், உணவு, தங்குமிடம் உள்பட ரூ. 7,700/-.

முக்திநாத் நேபாள யாத்திரை : சென்னை, பூரி, கோணார்க், புவனேஸ்வரம், கயா, காசி, போக்ரா, முக்திநாத், காட்மண்டு, அயோத்யா, நைமிஷாரண்யம், அலஹாபாத், சித்ரகூடம், காசி. 05.09.08 முதல் 14 நாட்கள் ரயில், பஸ், உணவு, தங்குமிடம் உள்பட ரூ. 8,400/- (ஹெலிகாப்டர் கட்டணம் தனி)

பஞ்சத்துவாரகா, அக்ஷர்தாம், டாகூர் துவாரகை, பேட்டி துவாரகை, நாகேசம், போர்பந்தர், சோமநாதபுரம், ஊஞ்சாமாதா, மாத்ருகயா, அம்பாஜீ, மவுண்ட் அபூ, புஷ்கரம், உதயபூர், காங்குரோலி, ஸ்ரீநாத் துவாரகா, ச்யாமளாஜீ, அஹமதாபாத், உஜ்ஜயினி, ஓம்காரம், சாந்திபவன். 08.10.08 முதல் 14 நாட்கள். ரயில், பஸ், உணவு, தங்குமிடம் உள்பட ரூ. 7,300/-

மங்களாசாசன திவ்யதேச யாத்திரை : பாண்டியநாடு 18-ம் மலை நாடு 13-ம் ஆக 31 திவ்யதேசங்கள் 25.10.08 முதல் 6 நாட்கள். பஸ், உணவு, தங்குமிடம் உள்பட ரூ. 3,400/-.

நால்வர் பாடிய திருமுறைத்தலங்களில் பாண்டியநாடு 14-ம், கொங்குநாடு 7-ம் ஆக 21 திருமுறைத் தலங்கள். 02.11.08 முதல் 6 நாட்கள். பஸ் (வேன்), உணவு, தங்குமிடம் உள்பட ரூ. 3,200/-.

மங்களாசாசன திவ்யதேசங்கள் : சோழநாடு 40, நடுநாடு 2, தொண்டைநாடு 22 ஆக 64 திவ்யதேசங்கள். 10.11.08 முதல் 6 நாட்கள். பஸ், உணவு, தங்குமிடம் உள்பட ரூ. 3,400/-.

நால்வர் பாடிய திருமுறைத் தலங்களில் தொண்டைநாடு, நடுநாடு சிவஸ்தலங்கள். 17.11.08 முதல் 6 நாட்கள் ரூ. 3,200/-.

ஆந்திர மாநில அஹோபில சோடஸ நரசிம்மர், நெல்லூர், ஸ்ரீசைலம், மந்திராலயம். 24.11.08 முதல்

சமீபத்தில் இந்தோனேஷியா, சீனா போன்ற நாடுகளில் பயங்கர பூகம்பம் ஏற்பட்டு ஆயிரக்கணக்கானவர்கள் பலியானது பெருஞ்சோகம். பூமியை பொறுமையின் சின்னமாகக் கருதுகிறோம். ஆனால் உண்மையில் பூமி அமைதியானதா? பின்பு ஏன் இயற்கைச் சீற்றங்களால் பல்லாயிரக்கணக்கான உயிரினங்கள் நொடிப் பொழுதில் மடிகின்றன? பெருநகரங்கள் தரைமட்டம் ஆகின்றன?

பூகம்பம்

நம் வீடு :

நமது பூமி 1 கோடிக்கும் மேற்பட்ட உயிரின வகைகளுக்கும், 611 கோடிக்கும் மேற்பட்ட மக்கட் தொகைக்கும் அரிய தாய்வீடாக விளங்குகின்றது. சூரியக் குடும்பத்தின் மற்ற கோள்களைப் போலல்லாமல் பனிமூடிய சிகரங்கள், மடுக்கள், பச்சைநிற வயல்வெளிகள், வெளிச்சம் புக முடியாத காடுகள், பிரம்மாண்ட சமுத்திரங்கள், எரிமலைகள் மற்றும் எண்ணற்ற இயற்கை வளங்களின் புதையலாகவும் விளங்குகிறது.

என்றும் இயங்கும் இயந்திரம் :

தான் இறக்காமல் காத்துக் கொள்ள பூமி என்றும் உருமாறிக் கொண்டே இருக்கிறது. அதன் மேல் இருக்கும் நாம் ஒரே இடத்தில் இருப்பதாகத் தோன்றினாலும், நிலத்தோடு மெதுவாக நகர்ந்து கொண்டுதான் இருக்கிறோம்.

பூமி ஒரு முட்டையைப் போன்றது. எவ்வாறு முட்டை மெல்லிய ஓட்டினால்



மூடப்பட்டுள்ளதோ, அதே போன்று பூமியும் 24க்கும் மேற்பட்ட தட்டுக்களால் மூடப்பெற் றுள்ளது. இத்தட்டுக்கள் ஒரே இடத்தில் நிலையாக இல்லாமல் முட்டி மோதிக் கொண்டும், பிரிந்து கொண்டும் இருக்கின்றன. இத்தட்டுக்கள் ஒன்றோ டொன்று தொடர்பு கொண்டிருக்கும் இடங்களே பூகம்பங்களும், எரிமலை களும் உருவாகும் தலங்களாகும்.

இமயமலைத் தொடரில் அதிகளவில் பூகம்பங்கள் நிகழ்வதற்கு அங்கு மோதும் இந்திய மற்றும் யூரேசிய (யூரோப்பும் ஆசியாவும் சேர்ந்த தட்டு) தட்டுக்களே காரணம். இவ்வாறு இத்தட்டுக்கள் நகர்வதி னால் பூமி பல மாற்றங்களை அடை கின்றது; புதிய மலைகள்

ஏன்?

தோன்றுகின்றன; சமுத் திரங்கள் சுருங்கி விரிகின் றன, தீவுகளும், எரிமலை களும் உருவாகின்றன (எ.கா. இந்தோனேஷியா, ஹவாய்), கடலுக்கடியில் பழம்பெரும் நிலப்பரப்பு கள் அழிக்கப்படுகின்றன, புதிய நிலப்பரப்புகள் உரு வாகின்றன. இதுபோன்று உயிரினங்களும் மாற்றங் களுக்கு விதிவிலக்கல்ல.

இயற்கை விடுகதை :

கி.பி. 1912ஆம் ஆண்டு வரை, கண்டங்களின் புவி யியற் அமைப்பில் எந்த மாறுபாடும் இல்லை என்ற பொதுவான எண்ணமே ஆராய்ச்சியாளர்களிடம் நிலவி வந்தது. இக் கருத்தை 1912 ஆம் ஆண்டு ஜெர்மன் ஆராய்ச்சியாளர் ஆல்ப்ரட் வீக்னர் தகர்த்தெறிந்தார்.

அற்புதமாக ஒன்று சேரும் ஆப்பிரிக்க மற்றும் தென்அமெரிக்க கண்டங்களில் அமைப்பினால் ஆச்சரியமுற்ற இவர், அந்த விடுகதையின் விடையை அரிய முற்பட் டார். அவ்வாறு விழைகையில் பல அரிய கண்டுபிடிப்புகள் வெளிவந்தன. இந்தியா விலும் தென் ஆஸ்திரேலியாவிலும் ஒரே வகை பனிப்பாறைகள் கண்டுபிடிக்கப் பட்டன. ஆப்பிரிக்க மற்றும் தென் அமெரிக்க கண்டங்களின் மேற்கு மற்றும் கிழக்கு கடலோரப் பகுதிகளில் ஒரே வகை விலங்கு மற்றும் தாவர ஃபாஸில்கள் கண்டு பிடிக்கப்பட்டன. வடஅமெரிக் காவையும் யூரேசியாவையும் சேர்த்தபோது அப்பலச்சியன் மலைத் தொடரும், ஸ்காட் லாந்தில் உள்ள மலைகளும் ஒன்றாகச் சேர்ந்ததையும் மற்றும் ஒரே வகையான பாறை மற்றும் நில அமைப்பும் இருப் பதையும் கண்டுபிடித்தார். 1915 ஆம் ஆண்டுதான் கண்டுபிடித்த அனைத்தையும் தொகுத்து "The Origin of Continents & Oceans" என்கின்ற புத்தகமாக வெளியிட் டார். இவரது இந்தக் கொள்கையை "Theory of Continental Drift" என்று அழைப்பர்.

நகரும் இந்தியா

சுமார் 2250 லட்சம் ஆண்டுகளுக்கு முன் இந்தியத் தட்டு, தற்போதுள்ள தலத்தில் இருந்து சுமார் 6400 கி.மீ. தெற்கில் ஆஸ்திரேலிய மற்றும் அண்டார்ட்டிகா (தென் துருவம்) தட்டுக்களோடு சேர்ந்திருந் தது. பல புவியியற் மாற்றங்களினால் மெள்ள மெள்ள வடக்கே நகர்ந்து வந்து, தற்போது சீனப் பகுதியோடு (யூரேசிய

சாதனை மாணவர்களுக்கு யுவஸ்ரீ கலாபாரதி விருது

தமிழ்நாடு மற்றும் பாண்டிச்சேரியைச் சார்ந்த பள்ளி கல்லூரி மாணவ, மாணவியருக்கு பாரதி யுவ கேந்திரா அமைப்பு சார்பில் **யுவஸ்ரீகலா பாரதி விருது** மற்றும் **சுவாமி விவேகானந்தர் விருதுகள்** வழங்கப்படுகின்றன. கடந்த 3 ஆண்டுகளில் 10, 12 ஆம் வகுப்பு பொதுத்தேர்வுகளில் 80 சதவிகிதம் மற்றும் அதற்குமேல் மதிப்பெண் பெற்றவர்கள் இதற்கு விண்ணப்பிக்கலாம். மேலும் LKG முதல் கல்லூரி வரையிலான மாணவ, மாணவியர் படிப்பு, இசை, பரதநாட்டியம்,விளையாட்டு, ஓவியம், யோகா, UC MAS, ABACUS, மற்றும் பிற துறைகளில் பரிசு பெற்றவர்களும், அவர்கள் பெற்ற பரிசுக்கான சான்றிதழின் ஜெராக்ஸ் பிரதிகளுடன் ரூ. 10 அஞ்சல் தலை ஒட்டப்பட்ட சுய விலாசமிட்ட கவருடன் **நெல்லை பாலு, நிறுவனர் பாரதி யுவ கேந்திரா G 28, சாந்தி சதன் குடியிருப்பு, கோச்சடை, மதுரை-16.** செல் : 94426 30815, 94439 30815. என்ற முகவரிக்கு உடன் அனுப்பிட கேட்டுக்கொள்ளப்படுகி-றார்கள். நிகழ்ச்சி அந்தந்த மாவட்டத்தில் நடைபெறும் தேதி, இடம் ஆகியன அவரவர்களுக்கு அனுப்பி வைக்கப்படும். விழாவின் போது ஒவ்வொருவருக்கும் எடுக்கப்படுகிற புகைப்படத்தி-ற்கான கட்டணத்தை ஒவ்வொருவரும் கண்டிப்பாக ஏற்கவேண்டும்.

கவிதை தொகுப்பு நூல்

பாரதி யுவ கேந்திரா சார்பில் 200 கவிஞர்களின் கவிதைகளைத் தொகுத்து ஒரு கவிதைத் தொகுப்பு நூல் ஜூன் மாதத்தில் வெளியிட உள்ளோம். இந்நூலுக்கு கவிஞர்கள் 24 வரிகளுக்குள் மரபு அல்லது புதுக்கவிதை ஒன்று எழுதி எமது மேற்கண்ட முகவரிக்கு அனுப்பலாம். அத்தோடு ரூபாய் 250/- M.O.

தட்டு) கனமாக மோதியது. அந்த வரலாற்று மோதலால், இந்தியத் தட்டின் வடக்குப் பகுதியும், யூரேசியாவின் தெற்குப் பகுதியும் வெகுவாக உயர்ந்து விட்டன. அவ்வாறு எழுந்த இந்திய வடபகுதியே இமய மலையாகும். மற்றும் யூரேசிய தெற்குப் பகுதியே திபெத்திய மேற்நிலங்களாகும். இதை இமயமலை மற்றும் திபெத்தில் கண்டுபிடிக்கப்பட்ட கடல்வாழ் உயிரினங்களின் படிமங்கள் உறுதிப்படுத்துகின்றன.

இந்தியத் தட்டின் இயக்கம் இன்றும் நிற்கவில்லை. முன்பு ஒரு வருடத்தில் 9 செ.மீ. நகர்ந்து வந்த இந்தியத் தட்டின் வேகம், தற்போது குறைந்து சுமார் 5.6 செ.மீ. வேகத்தில் வடகிழக்குத் திசையில் நகர்ந்து கொண்டிருக்கின்றது.

தடுக்க இயலுமா ?

பூகம்பங்களைத் தடுப்பது மனித சக்தியால் முடியாத ஒன்று. சுட்டிக்காட்டுவது என்பது இதுவரை சாதிக்காத ஒன்று. ஆனால் Global Positioning System (GPS) செயற்கைக்கோள்களின் துணை கொண்டு இன்று பூகம்ப மற்றும் புவியியற் ஆராய்ச்சி நடத்தப்பெற்று வருகின்றன. பெருமளவில் உயிரிழப்பைத் தடுக்க, மக்களிடையே பூகம்ப அறிவும், விழிப்புணர்ச்சியும் மிகவும் அவசியமாகும்.

நாம் வாழும் இடத்தின் இயற்கை அமைப்பையும், புவியியற் வரலாற்றையும் அறிந்து வைத்துக் கொள்ளுதல், அதன்படி கட்டிடங்கள் கட்டுதல் போன்றவை அவசியம். இன்று பலர் தங்களை புவியியற் ஆராய்ச்சியாளர் என்று கூறிக்கொண்டு பூகம்பம் மற்றும் சுனாமி பற்றித் தவறான கருத்துகளைப் பரப்பிக் கொண்டு வருகின்றனர். தொலைக்காட்சிகளும், பத்திரிகைகளும் இத்தகைய செய்திகளை வெளியிடும் போது, கவனமாக இருத்தல் வேண்டும்.

- ஏ.ஜே. சாய்கீதா, புவியியல் ஆராய்ச்சி மாணவி, சிஎஸ்ஐஆர் - சிஎம்எம்ஏசிஎஸ், பெங்களூரு - 37.

ஐரோப்பியச் சுற்றுலா - தமிழக வாசகர்கள் சிந்திக்க ஒரு நிமிடம்!

இலட்சத்திற்கும் மேலாகக் கட்டணம் செலுத்தும் தாங்கள்,
லண்டன் டிரபால்கர் சதுக்கத்தில் நடக்கவும், பாரீஸ் வெற்றியின் வளைவில் நின்று புகைப்படம் எடுக்கவும், ரோம் நகர வீதிகளில் நடக்கவும் வாய்ப்பு அளிக்கப்படுகிறதா?
வெளிநாட்டுச் சுற்றுலாவிற்கு "ஷலோம்" ஒரு புதிய பரிமாணத்தைத் தருகிறது!!!

2008 ஏப்ரல்-மே குழுவினர் பெற்ற பரவசமான, மனரம்மியமான அனுபவங்கள்!
புகைப்படங்கள் பேசும்!! பங்குபெற்ற அன்பர்களும் பேசுவார்கள்!!!



டிரபால்கர் சதுக்கம் - லண்டன்



கொலோசியம் - ரோம்

- ★ ஐரோப்பியச் சுற்றுலாவை 2006, 2007ம், 2008ம் ஆண்டுகளில் "ஷலோம்" ஆங்கிலத்திலும், தமிழிலும் வெற்றிகரமாக நடத்தியிருக்கிறது.
- ★ பயணக்கட்டணத்தில் கூட்டல், கழித்தல் இல்லை. "விருப்பமானால்" இல்லவே இல்லை.
- ★ இந்திய உணவு, வாகனத்தில் தமிழ் வீடியோ
- ★ தமிழக வழிகாட்டி தமிழில் தரும் செய்திகள்
- ★ ஒரு குடும்பப் பாங்கான சூழ்நிலை.



வெற்றியின் வளைவு - பாரீஸ்

ஐரோப்பாவின் 9 நாடுகளை, 18 நாட்களில், எந்த நிபந்தனையும், பதட்டமும் இல்லாமல் நியாயமான கட்டணத்தில் பார்க்க அரிய வாய்ப்பு!

அந்நியச் செலாவணியின் ஏற்றத்தைக் கணக்கிட்டால் 2009 ம் ஆண்டு சுற்றுலாவின் கட்டணம் ரூ.2 லட்சத்திற்கும் மேலாக நிர்ணயிக்கப்படக் கூடும்.

சென்னையிலிருந்து புறப்பட்டு திரும்பி வரும் வரை எதற்கும் பணம் செலுத்தத் தேவையில்லாத கண்ணாடி போன்ற கட்டணம்

நபருக்கு ரூ. **1,89,500/-** மட்டும்

10-08-2008 முதல் **27-08-2008** வரை

18 நாட்கள் / 17 இரவுகள்

ஆகஸ்டு மாதம் ஐரோப்பாவின் தட்பவெப்ப நிலை இந்தியர்களுக்கு உகந்ததாகும்.
லண்டன் பாரீஸ் உட்பட பெரும்பாலான பட்டணங்களில் அதிகபட்ச நிலை 24 டிகிரி செல்சியஸ்.

சீனா & ஹாங்காங் ஜூலை 15– 28 (13 நாட்கள்) **ரூ. 1,11,500/- மட்டும்**



SHALOM TOURS & TRAVELS (ஷலோம் டூர்ஸ் & டிராவல்ஸ்)
16, (Old No.91), Arunachalam Street, Chintadripet, Chennai - 600 002.
Phone & Fax : (044) 2845 3655, 2845 3764, 2845 7671, 2845 5469.
Email: shalomtravels@yahoo.com Website: www.shalomtravels.com



மயக்கும் மாலை வேளையில்
ஞாயிறின் பொற்கதிர்கள் பூமியை
விட்டு விலக...
அழகிய பூக்கள் கண்சிமிட்டி
சந்திரனை அழைத்து இனிதே
வரவேற்க
கண்களுக்குக் குளுமை அளித்தது
வெள்ளி நிலவு விரித்த கம்பளம்!

- இ.ரா. பத்மலெக்ஷ்மி, எம்.பி.ஏ.
[இரண்டாம் ஆண்டு], சாஸ்த்ரா
பல்கலைக்கழகம், தஞ்சாவூர்.

"கணக்கு டீச்சர் பாடம் நடத்தும்போது ஏண்டா சாமி கும்பிடறே?"

"நான் தூங்குவதற்கு முன் சாமி கும்பிடுவது வழக்கம்."

- எஸ். மணிமொழி, பி.ஈ., [மூன்றாம் ஆண்டு] எஸ்.கே.பி. பொறியியல் கல்லூரி, திருவண்ணாமலை - 606 611.





"காதல் கல்யாணத்திற்கும் பெற்றோர் நிச்சயித்த கல்யாணத்திற்கும் என்ன வித்தியாசம்?"

"நாம போய் கிணற்றிலே விழுந்தா அது லவ் மேரேஜ். 10 பேர் சேர்ந்து தள்ளிவிட்டா அது அரேஞ்சுடு மேரேஜ்."

- எஸ். மணிமொழி, பி.ஈ.,
(மூன்றாம் ஆண்டு) எஸ்.கே.பி.
பொறியியல் கல்லூரி,
திருவண்ணாமலை - 606 611.



இதயம்!

மலர்கள் போலாம் மகிழ்ச்சியாக
கடல் போலாம் கவிதையாக
வானமும் போலாம் வசமாக
நீ பேசினாய், இதயத்தில் நட்பாக

- நு. சிவலிங்கம், பி.காம்.,
(இறுதி ஆண்டு), தமிழ்நாடு
திறந்தநிலை பல்கலைக்கழகம்,
கிண்டி, சென்னை.

பாம்பேடையிங்

பள்ளி சீருடைகள்

இப்பொழுது பரவசமூட்டுகிறது. ஆச்சரியம் தருகிறது.



இலவசம்





எண்ணற்ற ரகங்கள் | மங்காத வண்ணம் | நீடித்த உழைப்பு

BOMBAY DYEING
UNIFORMS

அனைத்து பாம்பேடையிங் ஷோரூம்களிலும் அங்கீகரிக்கப்பட்ட விற்பனையாளர்களிடமும் பெறலாம்.

அடிச்சாங்க பரிசு!

ஆஹா பரிசு (மே 2008) போட்டியில், எந்த ஒரு விண்ணப்பத்துடனும் நம் ஃபோட்டோவை இணைத்து அனுப்பும்பொழுது, ஃபோட்டோவின் பின்புறம் பெயர், முகவரி ஆகியவற்றை எழுதி அனுப்பவும். ஃபோட்டோ சரியாக ஒட்டப்படாமல் கீழே விழுந்து விட்டால் மீண்டும் இணைப்பதற்கு உதவியாக இருக்கும்'' என்ற குறிப்பை எழுதி ரூ. 150/- பரிசு பெறுகிறார் உமா ஹைமாவதி ராமன், மதுரை. அதே டிப்ஸை சிறந்ததாகத் தேர்வு செய்த பல வாசகியரில் குலுக்கல் முறையில் ரூ. 150/- பரிசு பெறுகிறார் திருமதி உமாதேவி ஜனார்த்தனன், கோவை - 12.



ஆஹா பரிசு!

இந்த இதழில் 'ஆஹா 50!' என்ற தலைப்பில் இடம்பெற்றுள்ள டிப்ஸ்களைப் படியுங்கள். மிகச் சிறந்த ஒரே ஒரு குறிப்பைத் தேர்ந்தெடுத்து, எழுதி அனுப்புங்கள். உங்கள் தேர்வும், ஆசிரியர் குழுவின் தேர்வும் பொருந்தினால் குலுக்கல் முறையில் ரூ. 150/- பரிசு! தேர்ந்தெடுப்பவருக்கு மட்டுமல்ல, அந்தக் குறிப்பை எழுதியவருக்கும் ரூ. 150/- பரிசு! 'ஜூன் -ஆஹா பரிசு!' என்று மறக்காமல் குறிப்பிட்டு, பக்க எண், வாசகி பெயருடன் அஞ்சல் அட்டையில் மட்டுமே எழுதி அனுப்புங்கள்.

கடைசித் தேதி: 15.6.2008



பெண்ணே,

கிளின்டன்தான் அந்த உலகப் புகழ்பெற்ற வி.ஐ.பி. அவர், ஓர் இளம்பெண்ணுடன் கிசுகிசுக்கப்பட்ட போது உலகமே அவரை ஒரு மாதிரியாகப் பார்த்தது. விவகாரம் பெரிதாகி, பாராளுமன்றம் அவரைக் கண்டிப்பதற்குத் தொண்டையைக் கனைத்துக் கொண்டபோது எதுவுமே நடக்காத மாதிரி, ''நான் இருக்கிறேன் உனக்கு'' என்கிற பாணியில் கைகோர்த்தபடி மறுநாள் சர்ச்சுக்குப் போனாரே ஹிலாரி கிளின்டன், அவர் ஓர் அதிசயப் பிறவி. எங்கே நிம்மதி என்று அலையாமல் இங்கே நிம்மதி என்று புரிந்து கொண்டவர். அமெரிக்காவில் பிறந்த இந்தியப் பெண். அவர் கிளிண்டனைப் புரிந்து கொள்ள முயற்சி செய்யவில்லை. கோளாறுகள் மிக்க ஒரு பெரிய மனிதரை அப்படியே ஏற்றுக் கொள்ளச் சித்தமாக இருந்தார். சரி, இதை விடுங்கள்.

ஆண்கள் எவ்வளவு விசித்திரமானவர்கள் என்பதை விளக்க இன்னும் ஒரு வேடிக்கையான சம்பவம் சொல்கிறேன். கொஞ்சம் சிரித்துவிட்டு, பிறகு கோபப்படுங்கள். ஓர் ஆண் அடிக்கடி நோய்களால் பிடிக்கப்பட்டார். மருந்து மருத்துவர் என்று ஓயாமல் அலைந்து கொண்டிருந்தார். அவருக்கு உடலில் ஏதோ வியாதி என்பதை விட மனதில் ஏதோ குறைபாடு. அதனால் தான் அவருக்கு ஓயாது இப்படித் தொல்லை நேர்கிறது என்று கண்டறிந்த குடும்ப மருத்துவர், அவரை ஒரு நல்ல மனநல மருத்துவரிடம் அனுப்பி வைத்தார். அவரது நோய் வெறும் Psychosomatic என்று கண்டறிந்த மனநல மருத்துவர் அவருக்கு AutoSuggestion யுக்தியைச் சொல்லிக் கொடுத்தார். நாள்தோறும் காலை எழுந்ததும், ''நான் மிகவும் ஆரோக்கியமாக இருக்கிறேன்'' என்கிற மந்திரத்

தைக் கண்ணாடி முன்பு நின்று இருபத்தைந்து முறை சொல்லும்படி யோசனை கூறினார். என்ன ஆச்சர்யம்! மந்திரம் பலிக்கத் தொடங்கியது. நல்ல உடல் நலம் பெற்றார் அவர். எந்த நோயும் அவரை நெருங்கவே இல்லை! ஏக மகிழ்ச்சி அவருக்கு.

என்னதான் உடல்நலம் பெற்றாலும் மனைவியிடம் அதிக நெருக்கம் வைத்துக் கொள்ளவில்லை அவர். மண வாழ்வின் ஆரம்ப காலத்தில் இருந்ததுபோல் இல்லை.

● சுகிசிவம்



நீ வாழ்க!

நாளாவட்டத்தில் மனைவியை நெருங்குவதில் ஆர்வம் குறைந்தவராகவே இருந்தார்.

இதற்கும் அதே மனநல மருத்துவரைச் சந்தித்து வழி கேட்டால் நல்லது என்று மனைவிக்குத் தோன்றியது. கணவரை

வற்புறுத்தினாள். கணவனும் மனைவியிடம் நெருக்கமும் ஆர்வமும் ஏற்பட ஏதாவது மந்திரம் சொல்லித்தர முடியுமா என்று மனநல மருத்துவரிடம் யோசனை கேட்டார். அவரும் ஒரு மந்திரம் சொல்லித் தந்தார். கணவரும் மந்திரம் சொல்லத் தொடங்கினார்.



என்ன ஆச்சர்யம்... கொஞ்ச நாட்களில் கணவர் திருமணமான புதிது போல மனைவியிடம் அதிக நெருக்கம் காட்டினார்! மனைவிக்கு ஏகப்பட்ட மகிழ்ச்சி. உடனே அவள் இப்போது மனநல மருத்துவர் சொல்லித் தந்த மந்திரம் என்ன என்று தெரிந்து கொள்ள ஆசைப்பட்டாள். ஆனால், நான் ஆரோக்யமாக இருக்கிறேன் என்ற மந்திரத்தை உரக்கச் சொல்வது

பலம் இருவரை எப்போதும் இணைப்பதில்லை

போல, இந்தப் புதிய மந்திரத்தை அவர் உரக்கச் சொல்வது இல்லை. இரகசியமாகவே சொல்லிக்கொண்டிருந்தார். அவள் அது என்ன மந்திரம் என்று கேட்டால், ஒரு நமுட்டுச் சிரிப்புடன் நழுவி விடுவார். மனைவிக்கோ ஏகப்பட்ட ஆர்வம்.

ஒருநாள் குளியல் அறையில் கணவர் புதிய மந்திரத்தை இருபத்தைந்து முறை சொல்லிக்கொண்டிருந்ததை அவள் யதேச்சையாகக் கேட்க நேர்ந்தது. மந்திரம் என்ன தெரியுமோ.. ''அவள் என் மனைவி அல்ல...'' ''அவள் என் மனைவி அல்ல...'' மனைவியை மனைவி அல்ல என்று மனம் நம்பிய பிறகு அவள் மீது அவருக்கு அப்படியொரு ஆர்வம்.

சீ.. இப்படி எல்லாம் எழுதலாமா என்று என்னை யாரும் கோபித்துக்கொள்ள வேண்டாம்... இப்படி எல்லாம் இல்லையா... என்று சமூகத்தைப் பார்த்து நீங்களே உரக்கக் கேளுங்கள். 104 டிகிரி ஜுரம் இருக்கிறது என்று தர்மா மீட்டர் காட்டினால் தர்மாமீட்டரைக் கோபித்துக் கொள்ளலாமா? கோளாறு ஏதோ உருவாகி இருக்கிறது என்று எக்ஸ்-ரே படம் காட்டினால் எக்ஸ்-ரே கருவியிடம் சண்டைக்கு வரலாமா? அப்படி என்னோடு சண்டைக்கு வந்தால் நான் எதுவும் செய்ய முடியாது.. ஆண்களில் பலர் வக்கிர மனம் உடையவர்கள்தான். அவர்களைத் திருத்துவது அத்தனை சுலபமல்ல... அதைக் காரணம் காட்டி ஓயாமல் சண்டை போடுவதோ அல்லது பெண்ணும் நாசமாவதோ அத்தனை நல்லதல்ல.

அதற்காக ஆண்கள் அத்தனை பேரும் அயோக்கியர்கள். பெண்கள் எல்லோருமே அக்னி ஜ்வாலைகள் என்று குழந்தைத்தனமாக நான் அறிவிக்கவில்லை. முன்னர் நான் கொடுத்த பட்டியலில் இடம்பெற வேண்டிய பெண்களும் உண்டு. ஒரே ஒரு உதாரணம்... ரஷ்ய மகாராணி கத்ரீனா என்பவள். அவள் தன் அந்தப்புரத்தில் ஆயிரக்கணக்கான அழகிய வலிமைமிக்க ஆண்களைக் குடிவைத்து, வாழ்வை அனுபவித்தாள் என்றும் படித்திருக்கிறேன். இப்படியும் நடந்திருக்கிறது. சரி.

நீண்ட காலம் இருவர் தொடர்ந்து கணவன் மனைவியாக வாழ்வது அவ்வளவு சுலபமான காரியமா என்ன? சிலரோடு பதினைந்து இருபது நிமிடம் பக்கத்து பக்கத்து இருக்கையில் இருந்தபடி பேருந்துப் பயணம் செய்வதே பயங்கர நரகமாக இருக்கும். நேரடியாக அவர் நம்மிடம் எந்த வம்பும் வளர்க்காவிட்டாலும் சகித்துக் கொள்ள முடியாதபடி சங்கடப்படுத்துவார். அவர் பையைத்தான் திறக்கிறார் என்றாலும் அடிக்கடி திறப்பது, மூடுவது, அதிலிருந்து எதையோ எடுப்பது, உள்ளே திணிப்பது, உள்ளே திணித்ததை மறுபடி எடுப்பது என்று ஏதாவது செய்து நம்மை எரிச்சல் அடையச் செய்வார். ஆனால் அது அவர் இஷ்டம். கோபப்பட

பலவீனம்தான் இணைக்கிறது!

நமக்கு உரிமை இல்லை. அடுத்த நிறுத்தத்தில் அவர் இறங்கிவிட வாய்ப்புண்டு என்கிற ஒரே நம்பிக்கையில் உயிரைக் கையில் பிடித்தபடி உட்கார்ந்திருப்போம். இது அப்படி இருக்க, ஒரு நபர் தன் முழு மனித வாழ்வை இன்னொரு நபருடன் இணைந்து வாழ்வது அவ்வளவு சுலபமா என்ன?



இணைந்து வாழ வைப்பது அன்பு, கருணை, இரக்கம், பாசம் என்றெல்லாம் கதை அளப்பதை விட்டு விட்டு யதார்த்தமான உண்மைக்கு வருகிறேன். பலம் இருவரை எப்போதும் இணைப்பதில்லை. அது போர்ப் பிரகடனம் செய்கிறது. ஆனால் பலவீனம்தான் இணைக்கிறது. சமரசம் செய்ய வழிவகுக்கிறது. ஆம். சார்பு மனப்பான்மை உள்ளவர்கள்தான் இறுதி வரை இணைந்திருக்க முடிகிறது. நான் நூறு நீ நூறு என்று கணவன், மனைவி தனித்தனி தீவுகளாக இயங்காமல் நான் பாதி, நீ பாதி என்று திட்டமிட்டே சார்புணர்வை வளர்த்துக் கொள்வது புத்திசாலித்தனம். மரணம் அல்லது வேறு காரணங்களால் சார்பின்றி இயங்க நேரும் காலங்கள் தவிர பிற காலங்களில் திட்டமிட்டே சார்பு வாழ்வை ஏற்படுத்திக் கொள்வது அவசியம். சமூக நிர்ப்பந்தத்தால் பெண்ணடிமைத்தனத்துடன் கூடிய சார்பு வாழ்வை விட்டு விட்டு, தாங்களாகவே மனமுவந்து சார்பு வாழ்க்கையை ஏற்படுத்திக்கொள்ளலாம்.

ஆனால் அதே சமயம் எதிர்பார்ப்புகளை வளர்த்துக் கொள்ளக் கூடாது. எதிர்பார்ப்புகள் தான் சம்சார சாகரத்தின் சுனாமி. எதிர்பார்ப்புகளை வெளிப்படுத்தலாம். எதிர்த் தரப்பின் எதிர்பார்ப்புகளையும் உள்வாங்கலாம். நிறைவேற்றக்கூடிய எதிர்பார்ப்புகளை வஞ்சனையின்றி, பகையின்றி, சோம்பலின்றி இருவரும் நிறைவேற்றலாம். ஆனால் நிறைவேற்ற முடியாதவற்றை நிறைவேற்ற முடியாது என்று புரிந்து கொண்டு நிம்மதியாக விட்டு விடலாம்... அவற்றின் மீது தேவையற்ற குற்ற உணர்வை தயவு செய்து வளர்த்துக் கொள்ள வேண்டாம். எதிர்த்தரப்பு நிறைவேற்றாத போதும் குற்றம்சாட்டாமல் விட்டு விடலாம். இது தான் இனி சாத்தியம்!

(தொடரும்)



50!

கண்டைக்காயை நகசுக்கும்போது உருண்டையாக இருப்பதால் அது தெறித்து ஓடும். இதைத் தவிர்க்க பிளாஸ்டிக் கவரில் கண்டைக்காயை போட்டு வாய்ப்புறத்தை கட்டி விட்டு நகசுக்கலாம். இதனால் காயும் ஓடாது. எளிதாகவும் நகசுக்கி விடலாம்.

- என். கல்பனா ராமன், திருக்கோவிலூர்.

ஓடாமல் நகசுக்கலாம்!

இவை எல்லாமே ஆஹா 50! தான்!

புகை பிடிக்கும் பழக்கத்தை விட முடியாதவர்களுக்கு அகத்திக்கீரை சிறந்த அருமருந்து. புகை பிடிப்பதால் மூச்சுக் குழாயிலும், இருதயத்திலும் படியும் விஷத்தன்மையை அகத்திக் கீரை முறியடிக்கும்.

- வள்ளி ராமகிருஷ்ணன், திருவனந்தபுரம்.

• •

வேப்ப எண்ணெயை மஞ்சள் சேர்த்துக் குழைத்து பித்தவெடிப்பு மீது தடவ விரைவில் குணமாகும்.

- டி. கெனி, கம்பம்.

• •

பள்ளி மாணவ, மாணவிகளுக்கு வழங்கப்பட்டிருக்கும் அடையாள அட்டையில் அவர்கள் பள்ளி, முகவரி, படிக்கும் வகுப்பு குறிப்பிட்டிருப்பது போல் அவர்களுடைய இரத்தம் என்ன வகை என்பதையும் அவசியம் குறிப்பிட வேண்டும். ஆபத்துக் காலத்தில் அது அவர்களுக்கு மிகவும் உதவியாக இருக்கும்.

- எஸ். ராமபத்ரன், தஞ்சாவூர்.

கரண்ட் போய் விட்டதா? மெழுகுவர்த்தியை ஏற்ற வேண்டுமா? தீப்பெட்டியைக் காணவில்லையா? கவலையே வேண்டாம். காஸ் அடுப்பை லைட்டரைக் கொண்டு பற்றவைத்து (அநேகமாக எல்லா வீடுகளிலும் லைட்டர் அடுப்பின் பக்கத்தில்தான் இருக்கும்) அதன் மூலம் மெழுகுவத்தியை ஏற்றலாம்.

- மீனாக்ஷி நாகராஜன், பம்மல்.

• •

கடைசி நாள், சலுகைத் தேதி வரை காத்திருக்காமல், ஆயுள் காப்பீடு பிரீமியத்தை உடனடியாகக் கட்டி விடவும். உற்றார் சுற்றார் கைவிடினும் காப்பீடு நம்மை கைவிடாது.

-எல். மாறன், மேல்பட்டி.

• •

தோடு, மூக்குத்தி போன்ற நகைகளின் திருகாணி லூசாகிப் போனால் உலர்ந்த சோப்பில் திருகாணியை ஒரு அழுத்து அழுத்திவிட்டுப் போட்டால் திருகாணி இறுக்கமாக இருக்கும்.

- எம். மாதங்கி, சென்னை - 4.

என்றும் உங்களுடன்

மங்கையர் மலர்

சந்தா கட்டுங்க! அன்பளிப்பு பெறுங்க!



ஓராண்டு சந்தாவிற்கு அனுராதா ரமணனின்
ரூ. 35/- பெறுமானமுள்ள
"கை நிறைய பூ" புத்தகம் அன்பளிப்பு!
(மங்கையர் மலரில் வெளிவந்த சிறுகதைகளின் தொகுப்பு)

ஓராண்டு சந்தா ரூ.225/-

இந்தச் சலுகை ஆகஸ்ட் 15, 2008 வரை

☐ எனக்கு ஒரு சந்தா ப்ளீஸ் [எனக்கு அன்பளிப்பு]

☐ என் நண்பருக்காக சந்தா செலுத்துகிறேன் [எனக்கு அன்பளிப்பு]

☐ எனக்கும், என் நண்பருக்குமாக சந்தா வேணுங்க! [அன்பளிப்பு இருவருக்கும்]

இத்துடன் ☐ ரூ. 225/- ☐ ரூ. 450/- அனுப்பியிருக்கிறேன்.

என் முகவரி : ....

....

....

....

Phone/ Email :

நண்பரின் முகவரி : ....

....

....

....

Phone/ Email :





- சந்தாவுக்கான தொகையை மங்கையர் மலர் என்ற பெயருக்கு டிமாண்ட் டிராப்ட்/மணியார்டர் அல்லது சென்னை காசோலையாகவோ அனுப்பி வைக்கவும்.

அனுப்ப வேண்டிய முகவரி :
சர்க்குலேஷன் மேனேஜர், பரதன் பப்ளிகேஷன்ஸ் (பி) லிமிடெட்,
கல்கி பில்டிங்ஸ், 47-NP ஜவாஹர்லால் நேரு சாலை,
ஈக்காடுதாங்கல், சென்னை - 32.

உங்கள் சேவையில் 22-ம் வருடம்

கேன்ஸர் நோயா?



Dr. K. Sri Sridar

கவலைப்பட வேண்டியதில்லை.

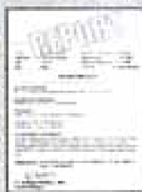
ஹெர்பல் ஆன்காலஜியோடு மெடிக்கல் ஆன்காலஜி.
சர்ஜிகல் ஆன்காலஜி, ரேடியோ தெரபி அனைத்தும் குருபாலாவில்!

CA. OESOPHAGUS (உணவுக் குழாய் புற்று நோய்)

Before Treatment

UGI SCOPY Report
Date : 21.04.05

Post Chemo / Radiotherapy Recurrence



மைசூரை சேர்ந்த 75-வயதுள்ளவருக்கு உணவுக்குழாய் புற்றுநோய்க்காக கீமோதெரபி மற்றும் ரேடியேஷன் கொடுத்த பிறகும் பலனில்லாமல் மீண்டும் புற்றுநோய் வளர்ந்திருப்பதை குறிக்கும் ஸ்கோப்பி ரிப்போர்ட்.

After 97 days Herbal Oncology

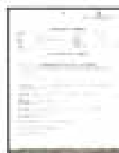


UGI SCOPY Report
Date : 27.09.05

Normal Study

ஹெர்பல் ஆன்காலஜி சிகிச்சை கொடுக்கப்பட்ட 97-வது நாள் புற்றுநோய் இல்லை என்பதை காட்டும் ஸ்கோப்பி ரிப்போர்ட் (மற்றொரு ஆச்சரியமான விஷயம், நோயாளியை பார்க்காமல் ரிப்போர்ட்களை மட்டும் பார்த்து மருந்து கொடுத்து குணப்படுத்தப்பட்டுள்ளது).

CA.PANCREAS



LIVER NORMAL STUDY
CT Scan
Date: 01.12.06

மலேசியாவை சேர்ந்த 31 வயதுள்ளவருக்கு கணையத்திலிருந்து ஈரலில் பரவிய புற்றுநோய் 06.08.06 அன்று எடுத்த CT Scan ல் 23mm×23mm ஆக இருந்தது. ஹெர்பல் ஆன்காலஜி சிகிச்சை மட்டும் எடுத்து 01.12.06 அன்று எடுத்த CT Scan ல் Liver Normal நிலையை அடைந்து விட்டதை காட்டும் ரிப்போர்ட்.

CA. BREAST TO LUNGS (மார்பக புற்றிலிருந்து நுரையீரல் புற்றுநோய்)



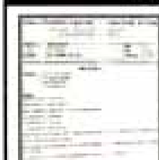
Before Treatment
NODULAR OPACITIES SEEN IN BOTH LUNG FIELDS METASTATIC DEPOSITS
Chest X-ray Date: 08.06.05



After 68 days Herbal Oncology
NORMAL STUDY
Chest X-ray
Date: 09.09.05

சென்னையை சேர்ந்த 43 வயது பெண்மணிக்கு மார்பகத்திலிருந்து நுரையீரலுக்கு பரவிய புற்றுநோய் ஹெர்பல் ஆன்காலஜி சிகிச்சைக்குப்பின் எடுத்த போட்டோவில் புற்றுநோய் இல்லை என்பதை காட்டும் X-ray படம்.

GLIOMA



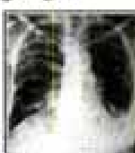
MRI SCAN
Date: 01.09.2006

கோவையை சேர்ந்த 58 வயதுடைய பெண்ணுக்கு ஹெர்பல் ஆன்காலஜி சிகிச்சைக்குப்பின் Glioma குறைந்து விட்டதை காட்டும் ரிப்போர்ட்.

தற்போது நோயாளி தெளிவாக பேசுகிறார்.

CA. BREAST TO LUNG, BONES

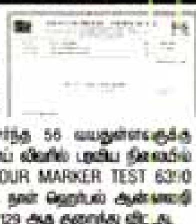
20 நாளில் இறந்துவிடுவார் என்று சொன்ன சென்னை மடிப்பாக்கத்தை சேர்ந்த (மார்பக புற்றுநோய், நுரையீரல் மற்றும் எலும்பில் பரவிய நிலை) 61 வயது நோயாளியின் நுரையீரல் நார்மலாகிவிட்டதை காட்டும் படம். நோய் குறைந்து 1½ வருடமாக நலமாக உள்ளார்.



X-ray Chest
Date: 14.05.2006

CA.RECTUM WITH LIVER METS

CEA 6390
After 43 Days
CEA 129



சென்னையை சேர்ந்த 56 வயதுள்ளவருக்கு மலக்குடல் புற்றுநோய் லிவரில் பரவிய நிலையில் CEA எனும் TUMOUR MARKER TEST 6390 ஆக இருந்தது. 43 நாள் ஹெர்பல் ஆன்காலஜி சிகிச்சைக்கு பிறகு 129 ஆக குறைந்து விட்டது.

கை விடப்பட்ட கேன்ஸரா ? கவலை வேண்டாம்

GBM, CA. Oesophagus, Lung, Liver, Cervix, Bone, Prostate, Rectum, Ependymoma, Astro cytoma, Glioma, AML, CML போன்ற அனைத்து வகை புற்றுநோய்களுக்கும் சிறப்பு சிகிச்சை அளிக்கப்படுகிறது. நோயாளி நேரில் வரவேண்டியது இல்லை. எல்லா ரிப்போர்ட்களையும் அனுப்பி வைக்கவும். Herbal Oncology™ சிகிச்சை என்பது டாக்டர் கே. ஸ்ரீ ஸ்ரீதர் வடிவமைத்த அரிய முறையாகும். பத்தியம் இல்லை. மற்ற மருந்துகளோடும் சேர்த்து சாப்பிடலாம். வாழும்போதே நோய் தொந்தரவு குறைந்து நிம்மதியாகவும் சந்தோஷமாகவும் வாழலாம். நோயுற்றவர்களின் வாழ்நாளை 40% அதிகரிக்க முயற்சிக்கலாம். இந்த HerbalOncology™ சிகிச்சை பயனுள்ளதாக அமைகிறது. டாக்டர்களால் கைவிடப்பட்ட நோயாளிக்கும் உடனே நன்மை அளிக்கிறது.

கேன்சர் என்று தெரிந்தவுடனே நோயாளியை நேரில் அழைத்து வாருங்கள்.
முறையாக ஒருங்கிணைந்த கேன்சர் சிகிச்சையை பெறுங்கள்.

Royale Apartment, 6, Mannar Reddy Street,
(Opp. Street to T.Nagar Bus Terminus)
T.Nagar, (Next to Krishnaveni Theatre),
Chennai - 600 017.
Weekdays : 10.00 am to 5.30 pm, Sunday Holiday
Clinic: Ph: 044-24339596, 24363835
Cell: 99400 58809

NO
METALS
MERCURY
STEROID
POISON

PURE HERBS BRINGS MIRACLE

Gurubalaa™ Clinic
Speciality Clinic for Herbal Oncology and Asthma



Treatment given by Qualified & Experienced Doctors.

We have no branches

Himalaya 1
HERBAL HEALTHCARE

கோடைக்காலத்தில் இயற்கையான சருமப் பாதுகாப்பைத் தேடுகிறீர்களா?

ஹிமாலயா வழங்கும் பாதுகாப்பான சன்ஸ்க்ரீனை உபயோகித்துப் பாருங்கள். இந்திய சருமத்துக்காகவே பிரத்தியேகமாகத் தயாரிக்கப்பட்ட இதில் அமெரிக்க காப்புரிமையில் சாதனை படைத்த ஸின்னாபிளாக் என்னும் மூலிகை பார்முலா உள்ளது. இத்துடன் இதில் இருக்கும் கிராப் ஆப்பிளும் அலோவேராவும் உங்கள் சருமத்தை தீங்கு விளைவிக்கும் அல்ட்ராவயலெட் கதிர்களிலிருந்து பாதுகாப்பதுடன், மேனிக்குப் போஷாக்கும் தருகிறது. அப்புறம் என்ன சருமத்தில் இதைத் தடவுங்கள், சூரிய கதிர்கள் உங்கள் மேனியைத் தொட்டுத்தழுவட்டும்!



கிராப் ஆப்பிள்

சருமத்தின் செல்கள் சிதைவதையும் இளமையிலேயே மேனி முதுமையாவதையும் தடுக்கிறது



"அலோவேரா"

மேனிக்கு ஈரப்பதம் தருகிறது

CINNABLOC
Natural Sun Protection Agent
US Patented



PIONEERING HERBAL RESEARCH SINCE 1930.

Registered with the Registrar of Newspaper of India under No. 30309/75 * Registered No. TN / CC (S) DN / 170 / 06 - 08 * Licensed to post without prepayment under PMG's Licence No. WPP TN / CC (S) DN / 103 / 06 - 08* Registered as a Newspaper in Srilanka

இவ்வளவு மலிவா தங்கம்

உலகில் கிடைக்காது எங்கும்

916 தங்க நகைகள் கிராம் ஒன்றுக்கு

ரூ. 45 குறைவு

செயற்கை கற்கள் பதித்த 916 தங்க நகைகளுக்கு

சேதாரம் இல்லை • செய்கூலி இல்லை • கற்களுக்கு விலை இல்லை

916 தங்க நகைகளுக்கு

செய்கூலி இல்லை • மிகக் குறைந்த சேதாரம்



லலிதா ஜுவல்லரி மார்ட் (பி) லிமிடெட்

மங்கையர் மலர்

ஜூன் 2008 இதழுடன் இணைப்பு

பல மாணவ/மாணவியர், ஆசிரியர்களை தங்கள் ரோல் மாடலாகக் கருதுவதால் ஆசிரியர் தங்களுடைய நடை, உடை, பாவனை, பேச்சு எல்லாவற்றிலும் பண்போடு நடக்க வேண்டும்.

- செல்வம்,
சென்னை - 12.

ஸ்கூல் 64!



மங்கையர் மலர்

ஜூன் 2008 இதழுடன் இணைப்பு

பல மாணவ/மாணவியர், ஆசிரியர்களை தங்கள் ரோல் மாடலாகக் கருதுவதால் ஆசிரியர் தங்களுடைய நடை, உடை, பாவனை, பேச்சு எல்லாவற்றிலும் பண்போடு நடக்க வேண்டும்.

- செல்வம்,
சென்னை - 12.



ஜூன் மாதம் பள்ளி திறக்கும் மாதம். எனவே, எந்த வகுப்பில் சேருவதானாலும் குழந்தைகளுக்கு ஸ்ரீ ஹயக்ரீவ பெருமாளின் ஸ்லோகமாகிய

"ஞானானந்தமயம் தேவம்
நிர்மலஸ்படிகாக்ருதிம்
ஆதாரசர்வ வித்யானாம்
ஸ்ரீ ஹயக்ரீவ முபாஸ்மஹே"

எனும் துதியை, தினமும் கூறிவிட்டுப் படிக்க ஆரம்பிக்கக் கூறினால் அவர்கள் எல்லாப் பாடங்களிலும் முதன்மை பெறுவது உறுதி!

- ஜி. ஜெயலெட்சுமி, சிட்லபாக்கம்.



என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இத

2 Supplement to Mangayar Malar June 2008

ஜூன் மாதம் பள்ளி திறக்கும் மாதம். எனவே, எந்த வகுப்பில் சேருவதானாலும் குழந்தைகளுக்கு ஸ்ரீ ஹயக்ரீவ பெருமாளின் ஸ்லோகமாகிய

"ஞானானந்தமயம் தேவம்
நிர்மலஸ்படிகாக்ருதிம்
ஆதாரசர்வ வித்யானாம்
ஸ்ரீ ஹயக்ரீவ முபாஸ்மஹே"

எனும் துதியை, தினமும் கூறிவிட்டுப் படிக்க ஆரம்பிக்கக் கூறினால் அவர்கள் எல்லாப் பாடங்களிலும் முதன்மை பெறுவது உறுதி!

- ஜி. ஜெயலெட்சுமி, சிட்லபாக்கம்.



என்றும் உங்களுடன்

கிராமப்புற பள்ளி மாணவ மாணவிகள் பெரும்பாலும் செருப்பு அணிவதே இல்லை. இவர்களின் கால் பாதம் வழியாக பல்வேறு தொற்றுக்கிருமிகள் செல்ல வாய்ப்பு உள்ளது. எனவே ஆசிரியர்கள் அவர்களின் பெற்றோரிடம் அன்பாக எடுத்துக்கூறி காலணிகள் வாங்கித்தரச் சொல்லலாம். இதனால் மாணவர்களின் சுகாதார வாழ்வு சற்றே மேம்படும்.

- கு. லதா, கும்பகோணம்.



ஸ்கூல் 64



Supplement to Mangayar Malar June 2008 3

கிராமப்புற பள்ளி மாணவ மாணவிகள் பெரும்பாலும் செருப்பு அணிவதே இல்லை. இவர்களின் கால் பாதம் வழியாக பல்வேறு தொற்றுக்கிருமிகள் செல்ல வாய்ப்பு உள்ளது. எனவே ஆசிரியர்கள் அவர்களின் பெற்றோரிடம் அன்பாக எடுத்துக்கூறி காலணிகள் வாங்கித்தரச் சொல்லலாம். இதனால் மாணவர்களின் சுகாதார வாழ்வு சற்றே மேம்படும்.

- கு. லதா, கும்பகோணம்.







எல்.கே.ஜி. வகுப்பு ஆசிரியை
இனிமையாகப் பேசுபவராக,
அன்பாக நடந்து கொள்பவராக
இருத்தல் அவசியம்.
ஏனெனில் குழந்தை, அம்மா,
அப்பா, தன் நெருங்கிய
உறவினர் என்ற வட்டத்தைத்
தாண்டி, முதன் முதலாக
சந்திக்கும் நபர் அவரே!

- வே. சந்தியா, சூளைமேடு.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்

4 Supplement to Mangayar Malar June 2008



எல்.கே.ஜி. வகுப்பு ஆசிரியை
இனிமையாகப் பேசுபவராக,
அன்பாக நடந்து கொள்பவராக
இருத்தல் அவசியம்.
ஏனெனில் குழந்தை, அம்மா,
அப்பா, தன் நெருங்கிய
உறவினர் என்ற வட்டத்தைத்
தாண்டி, முதன் முதலாக
சந்திக்கும் நபர் அவரே!

- வே. சந்தியா, சூளைமேடு.

என்றும் உங்களுடன்

'ரேங்குகள்' வாங்கும் பள்ளிகள்தான் சிறந்த பள்ளிகள் என்ற எண்ணத்தை விட வேண்டும். அந்தப் பள்ளிகளில் இடம்பிடிக்க காலத்தை வீணாக்குவதை விட, திறமையான, தரமான ஆசிரியர்கள் பணிபுரியும் பள்ளிகளைத் தேர்ந்தெடுத்து பிள்ளைகளைச் சேர்க்க முன்வரவேண்டும்.

- கே. மகாலெட்சுமி,
திண்டுக்கல்.



ஸ்கூல் 64



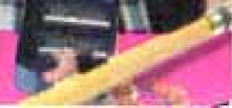
Supplement to Mangayar Malar June 2008 5

'ரேங்குகள்' வாங்கும் பள்ளிகள்தான் சிறந்த பள்ளிகள் என்ற எண்ணத்தை விட வேண்டும். அந்தப் பள்ளிகளில் இடம்பிடிக்க காலத்தை வீணாக்குவதை விட, திறமையான, தரமான ஆசிரியர்கள் பணிபுரியும் பள்ளிகளைத் தேர்ந்தெடுத்து பிள்ளைகளைச் சேர்க்க முன்வரவேண்டும்.

- கே. மகாலெட்சுமி,
திண்டுக்கல்.



ஸ்கூல் 64





விடுமுறை முடிந்து மீண்டும் பள்ளிக்குத் திரும்பும் நேரத்தில் மாணவர்களுக்கு புத்துணர்வு தரும் வகையில், ஆசிரியர்கள் வாரம் ஒருமுறை, அந்த வாரச் செய்திகளை, நிகழ்ச்சிகளை, மாணவர்கள் தாங்களே படித்து, அறிந்த நிகழ்ச்சிகளை தொகுத்து வழங்குமாறு மாணவர்களுக்கு பயிற்சி அளித்தால், அவர்களுக்கு பொது அறிவு வளரும்.

- எஸ். சந்திரா, வளசரவாக்கம்.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்

6 Supplement to Mangayar Malar June 2008



விடுமுறை முடிந்து மீண்டும் பள்ளிக்குத் திரும்பும் நேரத்தில் மாணவர்களுக்கு புத்துணர்வு தரும் வகையில், ஆசிரியர்கள் வாரம் ஒருமுறை, அந்த வாரச் செய்திகளை, நிகழ்ச்சிகளை, மாணவர்கள் தாங்களே படித்து, அறிந்த நிகழ்ச்சிகளை தொகுத்து வழங்குமாறு மாணவர்களுக்கு பயிற்சி அளித்தால், அவர்களுக்கு பொது அறிவு வளரும்.

- எஸ். சந்திரா, வளசரவாக்கம்.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர்

பெண் குழந்தைகள் ஐந்தாம், ஆறாம் வகுப்புகளிலேயே பருவம் அடைந்துவிடும். இன்றைய காலத்தில் பயம், பதற்றம் ஏற்படுவதைத் தடுக்க பெற்றோர்கள் ஆசிரியர்களிடம் தெரிவித்துவிட்டு உடன் இரண்டு நாப்கின்களையும் கொடுத்துவிட்டுச் செல்வது நல்லது. ஆசிரியர்களும் அந்த மாணவிகளைக் கனிவோடு கவனித்து சுகாதாரம் பேண வைக்கலாம்.

- ஜே. டெய்சிராணி, கோவை - 18.



ஸ்கூல் 64



பெண் குழந்தைகள் ஐந்தாம், ஆறாம் வகுப்புகளிலேயே பருவம் அடைந்துவிடும். இன்றைய காலத்தில் பயம், பதற்றம் ஏற்படுவதைத் தடுக்க பெற்றோர்கள் ஆசிரியர்களிடம் தெரிவித்துவிட்டு உடன் இரண்டு நாப்கின்களையும் கொடுத்துவிட்டுச் செல்வது நல்லது. ஆசிரியர்களும் அந்த மாணவிகளைக் கனிவோடு கவனித்து சுகாதாரம் பேண வைக்கலாம்.

- ஜே. டெய்சிராணி, கோவை - 18.



ஸ்கூல் 64





அடிக்கடி பென்சிலைத் தொலைத்து விட்டு வரும் பிள்ளைகளுக்கு, பென்சிலை பாதியாக்கி சீவித் தாருங்கள். இல்லாவிட்டால் வகுப்பு ஆசிரியரிடம் பென்சிலை வாங்கிக் கொடுத்துவிடுங்கள். அவர்கள் எழுதி முடித்ததும் பென்சிலைப் பத்திரமாக வாங்கி வைத்துக் கொள்வார்கள்.

- க. வேடியப்பன்,
கும்மிடிப்பூண்டி.

மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத

8 Supplement to Mangayar Malar June 2008



அடிக்கடி பென்சிலைத் தொலைத்து விட்டு வரும் பிள்ளைகளுக்கு, பென்சிலை பாதியாக்கி சீவித் தாருங்கள். இல்லாவிட்டால் வகுப்பு ஆசிரியரிடம் பென்சிலை வாங்கிக் கொடுத்துவிடுங்கள். அவர்கள் எழுதி முடித்ததும் பென்சிலைப் பத்திரமாக வாங்கி வைத்துக் கொள்வார்கள்.

- க. வேடியப்பன்,
கும்மிடிப்பூண்டி.

விஞ்ஞானம், சரித்திரம், கணக்கு போன்ற பாடங்களை ஸ்லைடு அல்லது வீடியோ மூலம் டி.வி.யில் செய்முறையைக் காண்பித்து விளக்கினால் குழந்தைகளுக்குச் சட்டென்று மனதில் புரியும். வகுப்பிற்கு ஒரு டி.வி. செட் வைத்தால் இது சாத்தியம்.

- ஷியாமளா சுவாமிநாதன்,
திருவனந்தபுரம்.



ஸ்கூல் 64



Supplement to Mangayar Malar June 2008 9

விஞ்ஞானம், சரித்திரம், கணக்கு போன்ற பாடங்களை ஸ்லைடு அல்லது வீடியோ மூலம் டி.வி.யில் செய்முறையைக் காண்பித்து விளக்கினால் குழந்தைகளுக்குச் சட்டென்று மனதில் புரியும். வகுப்பிற்கு ஒரு டி.வி. செட் வைத்தால் இது சாத்தியம்.

- ஷியாமளா சுவாமிநாதன்,
திருவனந்தபுரம்.



ஸ்கூல் 64





ஸ்கூல் என்றாலே தண்டனை தரும் இடம் என்ற மனப்போக்கை குழந்தைகளுக்குத் தராமல் இருப்பது பெற்றோரின் முதல் கடமை. சாதனைகள் செய்ய உகந்த இடம் என்பது போன்ற பாஸிடிவ் எண்ணங்களை ஏற்படுத்தினால் ஸ்கூல் போக அடம்பிடிப்பது, பொய் சாக்கு சொல்லி தவிர்ப்பது போன்றவை குறையும்.

- ஏ. வாராகி, திருவத்திபுரம்.



மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

10 Supplement to Mangayar Malar June 2008



ஸ்கூல் என்றாலே தண்டனை தரும் இடம் என்ற மனப்போக்கை குழந்தைகளுக்குத் தராமல் இருப்பது பெற்றோரின் முதல் கடமை. சாதனைகள் செய்ய உகந்த இடம் என்பது போன்ற பாஸிடிவ் எண்ணங்களை ஏற்படுத்தினால் ஸ்கூல் போக அடம்பிடிப்பது, பொய் சாக்கு சொல்லி தவிர்ப்பது போன்றவை குறையும்.

- ஏ. வாராகி, திருவத்திபுரம்.



வகுப்பறையிலிருந்து ஆசிரியர்கள் மாணவ மாணவிகளை தங்கள் சொந்த வேலையின் நிமித்தம் வகுப்புக்கு வெளியே எக்காரணம் கொண்டும் அனுப்பக் கூடாது.

- புவனா சாமா, சீர்காழி.



ஸ்கூல் 64



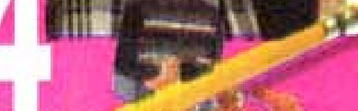
Supplement to Mangayar Malar June 2008 11

வகுப்பறையிலிருந்து ஆசிரியர்கள் மாணவ மாணவிகளை தங்கள் சொந்த வேலையின் நிமித்தம் வகுப்புக்கு வெளியே எக்காரணம் கொண்டும் அனுப்பக் கூடாது.

- புவனா சாமா, சீர்காழி.



ஸ்கூல் 64





குழந்தைகளின் பள்ளிக்குச் செல்லும்போது, அப்படியே பாத்ரூமுக்கும் ஒரு 'விசிட்' செய்யுங்கள். அதில் உள்ள குறைகளை எடுத்துச் சொல்லி, உடனே நிவர்த்தி செய்யுமாறு தலைமை ஆசிரியரிடம் புகார் கொடுங்கள். பாத்ரூம் சுத்தமாக இல்லாவிட்டால், குழந்தைகள் சிறுநீர் கழிக்காமல் அடக்கி வைப்பர். இதனால் பல வியாதிகள் உருவாகும் அபாயம் உண்டு.

- தஸ்மிலா அஸ்கர், கீழக்கரை.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத

12 Supplement to Mangayar Malar June 2008



குழந்தைகளின் பள்ளிக்குச் செல்லும்போது, அப்படியே பாத்ரூமுக்கும் ஒரு 'விசிட்' செய்யுங்கள். அதில் உள்ள குறைகளை எடுத்துச் சொல்லி, உடனே நிவர்த்தி செய்யுமாறு தலைமை ஆசிரியரிடம் புகார் கொடுங்கள். பாத்ரூம் சுத்தமாக இல்லாவிட்டால், குழந்தைகள் சிறுநீர் கழிக்காமல் அடக்கி வைப்பர். இதனால் பல வியாதிகள் உருவாகும் அபாயம் உண்டு.

- தஸ்மிலா அஸ்கர், கீழக்கரை.

அறுவை சிகிச்சை நடந்திருந்தாலோ அல்லது உடல்நிலையைப் பாதிக்கக்கூடிய நோய், அலர்ஜி இருந்தாலோ பள்ளி நிர்வாகத்திடம் மற்றும் வகுப்பு ஆசிரியரிடம் சொல்லிவிட்டால் கண்டிப்பு அதிகம் காட்டாமல் இருப்பார்கள். இதனால், வேண்டாத சர்ச்சைகளுக்கு முற்றுப்புள்ளி வைக்கலாம்.

- சுஜாதா, சென்னை - 117.



ஸ்கூல் 64



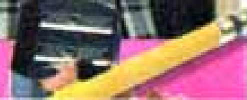
Supplement to Mangayar Malar June 2008 13

அறுவை சிகிச்சை நடந்திருந்தாலோ அல்லது உடல்நிலையைப் பாதிக்கக்கூடிய நோய், அலர்ஜி இருந்தாலோ பள்ளி நிர்வாகத்திடம் மற்றும் வகுப்பு ஆசிரியரிடம் சொல்லிவிட்டால் கண்டிப்பு அதிகம் காட்டாமல் இருப்பார்கள். இதனால், வேண்டாத சர்ச்சைகளுக்கு முற்றுப்புள்ளி வைக்கலாம்.

- சுஜாதா, சென்னை - 117.



ஸ்கூல் 64





முக்கிய ஃபார்முலா, பழமொழிகள் பாடத்தில் வரும் கவிதைகள், செய்யுள்கள், வரைபடம் (மேப்) முதலியவற்றை அழகாக பேப்பரில் எழுதி சுவற்றில் ஒட்டி வைக்கவும். அடிக்கடி நம் கண் முன் தோன்றுவதால் நம் மனத்தில் ஆழமாகப் பதிந்து மனப்பாடம் ஆகிவிடும். பரீட்சை சமயம் 'டாண்' என்று ஞாபகம் வரும்.

- ஜெயஸ்ரீ, புனே.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்

14 Supplement to Mangayar Malar June 2008



முக்கிய ஃபார்முலா, பழமொழிகள் பாடத்தில் வரும் கவிதைகள், செய்யுள்கள், வரைபடம் (மேப்) முதலியவற்றை அழகாக பேப்பரில் எழுதி சுவற்றில் ஒட்டி வைக்கவும். அடிக்கடி நம் கண் முன் தோன்றுவதால் நம் மனத்தில் ஆழமாகப் பதிந்து மனப்பாடம் ஆகிவிடும். பரீட்சை சமயம் 'டாண்' என்று ஞாபகம் வரும்.

- ஜெயஸ்ரீ, புனே.

என்றும் உங்களுடன்

ஸ்கூல் 64

பள்ளி திறந்த ஓரிரு வாரங்களில் அதற்கு முந்தைய ஆண்டு வகுப்பில் படித்து நற்பெயர் களையும், மதிப்பெண்களையும் பெற்ற மாணவ, மாணவிகளை அழைத்து புது மாணவர்கள் முன் சிறிது நேரம் பேசவைத்தால் நாமும் இம்மாதிரி வரவேண்டுமென்ற முனைப்பும் பெற்றோர்களின் ஒத்துழைப்பும் கிடைத்து உறவு பலப்படும்.

- எஸ். வசந்தகுமாரி, கோவை - 27.





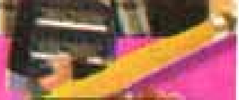
Supplement to Mangayar Malar June 2008 15

பள்ளி திறந்த ஓரிரு வாரங்களில் அதற்கு முந்தைய ஆண்டு வகுப்பில் படித்து நற்பெயர் களையும், மதிப்பெண்களையும் பெற்ற மாணவ, மாணவிகளை அழைத்து புது மாணவர்கள் முன் சிறிது நேரம் பேசவைத்தால் நாமும் இம்மாதிரி வரவேண்டுமென்ற முனைப்பும் பெற்றோர்களின் ஒத்துழைப்பும் கிடைத்து உறவு பலப்படும்.

- எஸ். வசந்தகுமாரி, கோவை - 27.



64





ஆசிரியர், பெற்றோரை அழைத்து ஏதேனும்
புகார் சொன்னால், அதிலுள்ள உண்மையைப்
புரிந்து செயல்பட வேண்டும். ஆசிரியரைப்
பற்றிக் குறைவாக குழந்தைகள் எதிரில்
பேசினால் அவர்களுக்கு ஆசிரியர் மேல்
உள்ள மதிப்பு போய்விடும். அன்பு,
பாராட்டு, ஊக்கம் போன்றவை
இருதரப்பிலிருந்தும் மாணவர்களுக்கு
கிடைத்தால் இந்த முக்கோண
உறவு பலப்படும்.

- கே.எஸ். கிருஷ்ணவேணி,
குடந்தை-1.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இத

16 Supplement to Mangayar Malar June 2008



ஆசிரியர், பெற்றோரை அழைத்து ஏதேனும்
புகார் சொன்னால், அதிலுள்ள உண்மையைப்
புரிந்து செயல்பட வேண்டும். ஆசிரியரைப்
பற்றிக் குறைவாக குழந்தைகள் எதிரில்
பேசினால் அவர்களுக்கு ஆசிரியர் மேல்
உள்ள மதிப்பு போய்விடும். அன்பு,
பாராட்டு, ஊக்கம் போன்றவை
இருதரப்பிலிருந்தும் மாணவர்களுக்கு
கிடைத்தால் இந்த முக்கோண
உறவு பலப்படும்.
- கே.எஸ். கிருஷ்ணவேணி,
குடந்தை-1.
என்றும் உங்களுடன்

பாடப் புத்தகம் மட்டுமின்றி, நீதி நூல்கள், அறிவியல் நூல்கள், சத்திய சோதனை, விவேகானந்தரின் பிரசங்கங்கள், வாழ்வில் வெற்றி பெற்றவர்களின் வாழ்க்கை வரலாறு போன்றவற்றை மாணவர்களுக்குக் கதை போலச் சொல்லித் தந்தால், மாணவர்களின் ஒழுக்கமும், திறமையும் மேம்படும்.

- வி. ராமலெட்சுமி,
நெல்லை மாவட்டம்.



ஸ்கூல் 64



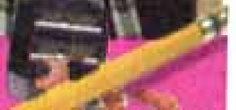
Supplement to Mangayar Malar June 2008 17

பாடப் புத்தகம் மட்டுமின்றி, நீதி நூல்கள், அறிவியல் நூல்கள், சத்திய சோதனை, விவேகானந்தரின் பிரசங்கங்கள், வாழ்வில் வெற்றி பெற்றவர்களின் வாழ்க்கை வரலாறு போன்றவற்றை மாணவர்களுக்குக் கதை போலச் சொல்லித் தந்தால், மாணவர்களின் ஒழுக்கமும், திறமையும் மேம்படும்.

- வி. ராமலெட்சுமி,
நெல்லை மாவட்டம்.



ஸ்கூல் 64





பள்ளியிலிருந்து வந்தவுடன் குழந்தைகள் யூனிஃபார்மை கழற்றி, வேறு உடை மாற்றிக் கொண்டு, கை, கால்களைச் சுத்தமாக அலம்பிக் கொண்டு டிபன் சாப்பிடும் பழக்கத்தை ஏற்படுத்த வேண்டும்.

- மாயா சேகர், மும்பை.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இத

18 Supplement to Mangayar Malar June 2008



பள்ளியிலிருந்து வந்தவுடன் குழந்தைகள் யூனிஃபார்மை கழற்றி, வேறு உடை மாற்றிக் கொண்டு, கை, கால்களைச் சுத்தமாக அலம்பிக் கொண்டு டிபன் சாப்பிடும் பழக்கத்தை ஏற்படுத்த வேண்டும்.

- மாயா சேகர், மும்பை.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர்



வீட்டில் நடைபெறும் பிறந்த நாள் முதலிய விசேஷங்களுக்கு வகுப்பு ஆசிரியர்களையும் அழைக்கலாமே!

- என்.பி. பத்மாட்சி,
வேலூர்.

ஸ்கூல் 64



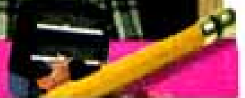
Supplement to Mangayar Malar June 2008 19



வீட்டில் நடைபெறும் பிறந்த நாள் முதலிய விசேஷங்களுக்கு வகுப்பு ஆசிரியர்களையும் அழைக்கலாமே!

- என்.பி. பத்மாட்சி,
வேலூர்.

ஸ்கூல் 64





விளையாடி விட்டுப் பிறகு படிக்கலாம் என்று சொன்னால் எந்தக் குழந்தையும் கேட்கும். அதே போல் சிறிது நேரம் டீ.வி. பார்க்க அனுமதி கொடுத்தபிறகு படிக்கலாம் என்று சொன்னால் குழந்தைகள் கேட்பார்கள்.

- சுபா சங்கரன்,
சென்னை - 4.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்

20 Supplement to Mangayar Malar June 2008



விளையாடி விட்டுப் பிறகு படிக்கலாம் என்று சொன்னால் எந்தக் குழந்தையும் கேட்கும். அதே போல் சிறிது நேரம் டீ.வி. பார்க்க அனுமதி கொடுத்தபிறகு படிக்கலாம் என்று சொன்னால் குழந்தைகள் கேட்பார்கள்.

- சுபா சங்கரன்,
சென்னை - 4.

என்றும் உங்களுடன்

ஆசிரியர்கள் மாணவர்களைக் கண்டிப்பது தவறல்ல. ஆனால் கடுமையான தண்டனைகள் தரக்கூடாது. மாணவர்களிடம் நல்லவிதமாக அவர்கள் தவறைச் சுட்டிக்காட்டித் திருத்த பார்க்க வேண்டும். முரண்டு பிடிக்கும் மாணவர்களின் பெற்றோர்களைக் கூப்பிட்டு தனியே அறிவுறுத்த வேண்டும்.

- ஆர்த்தி, சென்னை - 4.



ஸ்கூல் 64



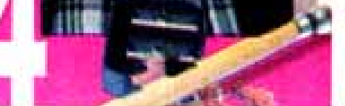
Supplement to Mangayar Malar June 2008 21

ஆசிரியர்கள் மாணவர்களைக் கண்டிப்பது தவறல்ல. ஆனால் கடுமையான தண்டனைகள் தரக்கூடாது. மாணவர்களிடம் நல்லவிதமாக அவர்கள் தவறைச் சுட்டிக்காட்டித் திருத்த பார்க்க வேண்டும். முரண்டு பிடிக்கும் மாணவர்களின் பெற்றோர்களைக் கூப்பிட்டு தனியே அறிவுறுத்த வேண்டும்.

- ஆர்த்தி, சென்னை - 4.



ஸ்கூல் 64





பள்ளிக்கூடத்தில்
குழந்தையைச்
சேர்க்கும்போதே
பெற்றோர்கள் அந்தப் பள்ளி
நிர்வாகம் பற்றி முழுமையாக
விசாரித்துக் கொள்ள
வேண்டும்.

- ஏ. கீதா ஆறுமுகம்,
தூத்துக்குடி.



என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இத

22 Supplement to Mangayar Malar June 2008



பள்ளிக்கூடத்தில்
குழந்தையைச்
சேர்க்கும்போதே
பெற்றோர்கள் அந்தப் பள்ளி
நிர்வாகம் பற்றி முழுமையாக
விசாரித்துக் கொள்ள
வேண்டும்.
- ஏ. கீதா ஆறுமுகம்,
தூத்துக்குடி.



என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இத

ஸ்கூலிலும் சைல்டு கவுன்சிலிங் கட்டாயமாக் இருக்க வேண்டும். இந்தக் காலத்தில் பெற்றோர்கள் இருவரும் வேலைக்குச் செல்வதால், அவர்களுக்கு பிஞ்சு உள்ளத்தில் எவ்வளவு ஏக்கம், மனஅழுத்தம் இருக்கும் என்று யோசிக்க அவகாசம் இல்லை. இதை டீச்சர் கவனித்து அரவணைக்கலாம்.

- சீதா ராமன், கொல்கத்தா.



ஸ்கூல் 64



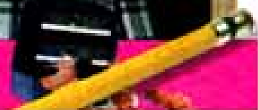
Supplement to Mangayar Malar June 2008 23

ஸ்கூலிலும் சைல்டு கவுன்சிலிங் கட்டாயமாக இருக்க வேண்டும். இந்தக் காலத்தில் பெற்றோர்கள் இருவரும் வேலைக்குச் செல்வதால், அவர்களுக்கு பிஞ்சு உள்ளத்தில் எவ்வளவு ஏக்கம், மனஅழுத்தம் இருக்கும் என்று யோசிக்க அவகாசம் இல்லை. இதை டீச்சர் கவனித்து அரவணைக்கலாம்.

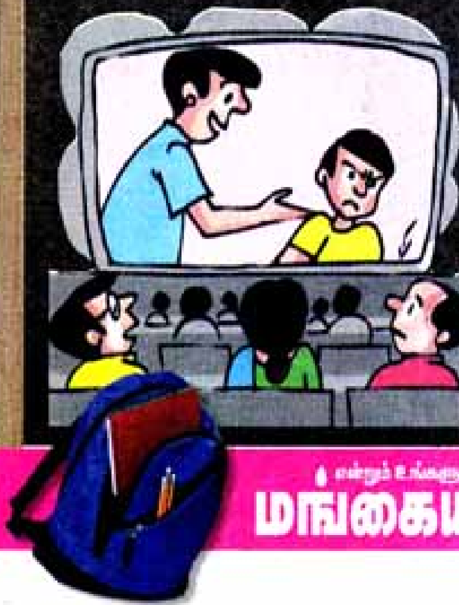
- சீதா ராமன், கொல்கத்தா.



ஸ்கூல் 64



'தாரே ஜமீன் பர்' இந்திப் படத்தை (கற்பதில் குறைபாடுள்ள 'டிஸ்லெக்சியா' குழந்தைகளுக்கு கற்பிப்பதைப் பற்றிய படம்) ஆசிரியர்களுக்குப் போட்டுக் காட்டியதில், ஒரிஸ்ஸாவில் உள்ள பள்ளிகளில் கற்பிக்கும் முறையில் மாற்றம் வரப் போகிறது. இந்தியா முழுவதும் இவ்வாறு குறைபாடுள்ள குழந்தைகளைப் புரிந்துகொள்ளும் முயற்சி கட்டாயமாக்கப்பட வேண்டும்.



- ரேவதி பாலு, சென்னை - 41.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இத

24 Supplement to Mangayar Malar June 2008

'தாரே ஜமீன் பர்' இந்திப் படத்தை (கற்பதில் குறைபாடுள்ள 'டிஸ்லெக்சியா' குழந்தைகளுக்கு கற்பிப்பதைப் பற்றிய படம்) ஆசிரியர்களுக்குப் போட்டுக் காட்டியதில், ஒரிஸ்ஸாவில் உள்ள பள்ளிகளில் கற்பிக்கும் முறையில் மாற்றம் வரப் போகிறது. இந்தியா முழுவதும் இவ்வாறு குறைபாடுள்ள குழந்தைகளைப் புரிந்துகொள்ளும் முயற்சி கட்டாயமாக்கப்பட வேண்டும்.



- ரேவதி பாலு, சென்னை - 41.

என்றும் உங்களுடன்

குழந்தைகளிடம், ''உனக்குக் கிடைத்த ஆசிரியர்கள் மிகவும் நல்லவர்கள். உன் எதிர்கால வாழ்க்கை முன்னேற்றத்திற்கு அடித்தளம் அமைப்பவர்கள்'' என்று பெருமையாகக் கூறினால் குழந்தைகளிடத்தில் ஆசிரியருக்கும், ஆசிரியரிடத்தில் பெற்றோர்களுக்கும் நன்மதிப்பு கிடைக்கும்.

- சிவகாமி செல்வம், குஜராத்.



ஸ்கூல் 64

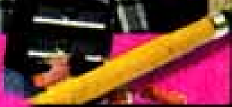


Supplement to Mangayar Malar June 2008 25

குழந்தைகளிடம், ''உனக்குக் கிடைத்த ஆசிரியர்கள் மிகவும் நல்லவர்கள். உன் எதிர்கால வாழ்க்கை முன்னேற்றத்திற்கு அடித்தளம் அமைப்பவர்கள்'' என்று பெருமையாகக் கூறினால் குழந்தைகளிடத்தில் ஆசிரியருக்கும், ஆசிரியரிடத்தில் பெற்றோர்களுக்கும் நன்மதிப்பு கிடைக்கும்.

- சிவகாமி செல்வம், குஜராத்.







உன்னிடம் உள்ள சிறந்த பண்புகளை ஆராய்ந்தறிவதில்தான் உண்மையான கல்வி இருக்கிறது. மனிதகுலம் என்ற புத்தகத்தை விட வேறு சிறந்த புத்தகம் என்ன இருக்கிறது? - காந்திஜி

- தகவல் :
சு. கலாவதிமணியன்,
பெரணமல்லூர்.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

26 Supplement to Mangayar Malar June 2008



உன்னிடம் உள்ள சிறந்த பண்புகளை ஆராய்ந்தறிவதில்தான் உண்மையான கல்வி இருக்கிறது. மனிதகுலம் என்ற புத்தகத்தை விட வேறு சிறந்த புத்தகம் என்ன இருக்கிறது? - காந்திஜி

- தகவல் :
சு. கலாவதிமணியன்,
பெரணமல்லூர்.

என்றும் உங்களுடன்

தன்னம்பிக்கை மிகவும் அவசியம். தேர்வு நேரத்தில் மனபயம் கூடாது. வீண் பயம் இருந்தாலே நன்றாகப் படிக்க முடியாது. மாணவர்களின் வாழ்க்கைக்கு அடித்தளம் பள்ளிகள்தான். அங்கேதான் ஒழுக்கத்தை மாணவ மாணவியர்கள் கற்றுக் கொள்ள வேண்டும்.

- அம்மு கிரிஸ்டோபர், நாகர்கோயில்.



ஸ்கூல் 64

Supplement to Mangayar Malar June 2008 27

தன்னம்பிக்கை மிகவும் அவசியம். தேர்வு நேரத்தில் மனபயம் கூடாது. வீண் பயம் இருந்தாலே நன்றாகப் படிக்க முடியாது. மாணவர்களின் வாழ்க்கைக்கு அடித்தளம் பள்ளிகள்தான். அங்கேதான் ஒழுக்கத்தை மாணவ மாணவியர்கள் கற்றுக் கொள்ள வேண்டும்.

- அம்மு கிரிஸ்டோபர், நாகர்கோயில்.



ஸ்கூல் 64



அலுவலகத்திலிருந்து வீடு
திரும்புபவர்கள் வாசலில்
செருப்பை விடுவது போல
அலுவலகப் பிரச்னைகளையும்
விட்டுவிட வேண்டும்.
பள்ளிக்கு வரும் ஆசிரியர்களும்
இதேபோன்று வகுப்பறைக்குள்
நுழையும்போது வீட்டுப்
பிரச்னைகளை விட்டுவிடுவது
அவசியம்.

- எஸ். வைஷ்ணவி, திருச்சி.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

28 Supplement to Mangayar Malar June 2008



அலுவலகத்திலிருந்து வீடு
திரும்புபவர்கள் வாசலில்
செருப்பை விடுவது போல
அலுவலகப் பிரச்னைகளையும்
விட்டுவிட வேண்டும்.
பள்ளிக்கு வரும் ஆசிரியர்களும்
இதேபோன்று வகுப்பறைக்குள்
நுழையும்போது வீட்டுப்
பிரச்னைகளை விட்டுவிடுவது
அவசியம்.
- எஸ். வைஷ்ணவி, திருச்சி.
என்றும் உங்களுடன்

குழந்தைகளைப் பள்ளியில் சேர்க்கும் போது, சிலர், 'நீ அழுதா டீச்சர் அடிப்பாங்க. டார்க் ரூமில் அடைச்சு வைப்பாங்க' என்று பயமுறுத்துவார்கள். அப்படிச் செய்யாமல், ஸ்கூலில் விடும்போது, 'இந்த ஆன்ட்டிதான் உங்க மிஸ். நீ அழாம சமர்த்தா இருந்தா, உன்னை நல்லா பார்த்துப்பாங்க' என்று நல்லதைச் சொல்லலாம்.

- ஏ. ஹம்சத், கீழக்கரை.



ஸ்கூல் 64



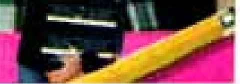
Supplement to Mangayar Malar June 2008 29

குழந்தைகளைப் பள்ளியில் சேர்க்கும் போது, சிலர், 'நீ அழுதா டீச்சர் அடிப்பாங்க. டார்க் ரூமில் அடைச்சு வைப்பாங்க' என்று பயமுறுத்துவார்கள். அப்படிச் செய்யாமல், ஸ்கூலில் விடும்பேரது, 'இந்த ஆன்ட்டிதான் உங்க மிஸ். நீ அழாம சமர்த்தா இருந்தா, உன்னை நல்லா பார்த்துப்பாங்க' என்று நல்லதைச் சொல்லலாம்.

- ஏ. ஹம்சத், கீழக்கரை.



ஸ்கூல் 64



பத்தாம் வகுப்பு, +2 படிக்கும் மாணவர்கள், தங்கள் பள்ளியில் அவ்வப்போது நடக்கும் தேர்வுகளின் வினாத்தாள்களுடன், மற்ற பள்ளிகளில் தயாராகும் வினாத்தாள்களை சேகரித்துப் பார்த்தால் ஒரே மாதிரி கேள்விகளை எப்படியெல்லாம் மாற்றி மாற்றிக் கேட்டிருக்கிறார்கள் என்பது தெரியவரும்.

- பாமதி நாராயணன், பெங்களூரு.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

30 Supplement to Mangayar Malar June 2008

பத்தாம் வகுப்பு, +2 படிக்கும் மாணவர்கள், தங்கள் பள்ளியில் அவ்வப்போது நடக்கும் தேர்வுகளின் வினாத்தாள்களுடன், மற்ற பள்ளிகளில் தயாராகும் வினாத்தாள்களை சேகரித்துப் பார்த்தால் ஒரே மாதிரி கேள்விகளை எப்படியெல்லாம் மாற்றி மாற்றிக் கேட்டிருக்கிறார்கள் என்பது தெரியவரும்.

- பாமதி நாராயணன், பெங்களூரு.

என்றும் உங்களுடன்

சில குழந்தைகளுக்கு பாடங்களைக் கிரகிக்கும் தன்மை குறைவாக இருக்கலாம். இதை ஆரம்பத்திலேயே பெற்றோர்கள் ஆசிரியரிடமோ, அல்லது ஆசிரியர் பெற்றோரிடமோ தெரியப்படுத்தலாம். இதனால் குழந்தைகளுக்கு ஒருமுறைக்கு இருமுறையாக விளக்கமாகக் கூற உதவியாக இருக்கும்.

- எஸ். விஜயா சீனிவாசன்,
திருச்சி- 13.



ஸ்கூல் 64

Supplement to Mangayar Malar June 2008 31

சில குழந்தைகளுக்கு பாடங்களைக் கிரகிக்கும் தன்மை குறைவாக இருக்கலாம். இதை ஆரம்பத்திலேயே பெற்றோர்கள் ஆசிரியரிடமோ, அல்லது ஆசிரியர் பெற்றோரிடமோ தெரியப்படுத்தலாம். இதனால் குழந்தைகளுக்கு ஒருமுறைக்கு இருமுறையாக விளக்கமாகக் கூற உதவியாக இருக்கும்.

- எஸ். விஜயா சீனிவாசன்,
திருச்சி- 13.



ஸ்கூல் 64



தினமும் செய்தித்தாள் படிக்கும் பழக்கத்தை மாணவருக்குக் கற்றுத் தர வேண்டும். மாணவருக்கு பொது அறிவும் வேண்டும். தன்னம்பிக்கையும் வரவேண்டும். பாடங்களை உணர்ந்து சொந்தமாக அவர் நடையில் எழுதும் திறமையும் வளரும்.

- என். முராரி, சேலம் - 1.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

32 Supplement to Mangayar Malar June 2008



தினமும் செய்தித்தாள் படிக்கும் பழக்கத்தை மாணவருக்குக் கற்றுத் தர வேண்டும். மாணவருக்கு பொது அறிவும் வேண்டும். தன்னம்பிக்கையும் வரவேண்டும். பாடங்களை உணர்ந்து சொந்தமாக அவர் நடையில் எழுதும் திறமையும் வளரும்.

- என். முராரி, சேலம் - 1.

என்றும் உங்களுடன்

மாணவர்கள் தங்கள் படிப்புக்காகப் பெற்றோர் மேற்கொள்ளும் முயற்சிகளைப் பாராட்டி அவர்களது பொருளாதார நிலையை உணர்ந்து படிக்க வேண்டும்.

- எஸ். ராஜகுமாரி,
மௌலிவாக்கம்.



ஸ்கூல் 64



Supplement to Mangayar Malar June 2008 33

மாணவர்கள் தங்கள் படிப்புக்காகப் பெற்றோர் மேற்கொள்ளும் முயற்சிகளைப் பாராட்டி அவர்களது பொருளாதார நிலையை உணர்ந்து படிக்க வேண்டும்.

- எஸ். ராஜகுமாரி,
மௌலிவாக்கம்.





ஸ்கூல் 64



மாலை பள்ளி முடிந்தபின்,
வகுப்பறையைச் சுத்தம் செய்யவும்,
டெஸ்க், நாற்காலிகளைச்
சரியாகப் போடவும்,
கரும்பலகையைச் சுத்தம்
செய்யவும் மாணவர்
களைப் பழக்க வேண்
டும். அந்த ஒழுங்கு,
பிள்ளைகளுக்கு வீட்டிலும்
தன் அறையைச் சுத்தமாக
வைக்கத் தூண்டும்.

- பங்கஜம் ராமச்சந்திரன்,
சேலம் - 5.

என்றும் உங்களுடன் மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இ

34 Supplement to Mangayar Malar June 2008



மாலை பள்ளி முடிந்தபின்,
வகுப்பறையைச் சுத்தம் செய்யவும்,
டெஸ்க், நாற்காலிகளைச்
சரியாகப் போடவும்,
கரும்பலகையைச் சுத்தம்
செய்யவும் மாணவர்
களைப் பழக்க வேண்
டும். அந்த ஒழுங்கு,
பிள்ளைகளுக்கு வீட்டிலும்
தன் அறையைச் சுத்தமாக
வைக்கத் தூண்டும்.
- பங்கஜம் ராமச்சந்திரன்,
சேலம் - 5.
என்றும் உங்களுடன்

குழந்தைகளுக்கு, பள்ளி விதிமுறையின்படி குறித்த நேரத்தில் பள்ளிக்கு அனுப்புவது, தினமும் சீருடை அணிந்து செல்வது என அனைத்திலும் பெற்றோர்கள் கவனக்குறைவின்றி இருத்தல் வேண்டும். இதன் மூலம் குழந்தைகளின் ஒழுக்கம் வளரத் துவங்கும்.

- எஸ். வைஷ்ணவி, திருச்சி.



ஸ்கூல் 64



Supplement to Mangayar Malar June 2008 35

குழந்தைகளுக்கு, பள்ளி விதிமுறையின்படி குறித்த நேரத்தில் பள்ளிக்கு அனுப்புவது, தினமும் சீருடை அணிந்து செல்வது என அனைத்திலும் பெற்றோர்கள் கவனக்குறைவின்றி இருத்தல் வேண்டும். இதன் மூலம் குழந்தைகளின் ஒழுக்கம் வளரத் துவங்கும்.

- எஸ். வைஷ்ணவி, திருச்சி.







சைக்கிளில் செல்லும்
மாணவமணிகள்
விடுமுறை நாட்களில்
வண்டிக்கு 'ஓவர்
ஹாலிங்' செய்ய
வேண்டும்.

- செல்லம் நடராஜன்,
சென்னை - 14.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இத

36 Supplement to Mangayar Malar June 2008



சைக்கிளில் செல்லும்
மாணவமணிகள்
விடுமுறை நாட்களில்
வண்டிக்கு 'ஓவர்
ஹாலிங்' செய்ய
வேண்டும்.

- செல்லம் நடராஜன்,
சென்னை - 14.

என்றும் உங்களுடன்

பள்ளி நிர்வாகத்தினரே, மாணவர்களின் எண்ணிக்கைக் கேற்ப, பென்சில், பேனா, ரப்பர், கிரையான்ஸ் போன்றவற்றை வகுப்பாசிரியர்களிடம் கொடுத்துவிட்டால் கிளாஸ் வொர்க் முடிந்ததும், வகுப்பில் வைத்து விடலாம். யாரும் பள்ளிக்கு எடுத்துவர வேண்டாம், தொலையவும், மாறிவிடவும் வாய்ப்பிருக்காது.

- கே. அபிராமி, கடலூர்.



ஸ்கூல் 64



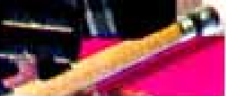
Supplement to Mangayar Malar June 2008 37

பள்ளி நிர்வாகத்தினரே, மாணவர்களின் எண்ணிக்கைக் கேற்ப, பென்சில், பேனா, ரப்பர், கிரையான்ஸ் போன்றவற்றை வகுப்பாசிரியர்களிடம் கொடுத்துவிட்டால் கிளாஸ் வொர்க் முடிந்ததும், வகுப்பில் வைத்து விடலாம். யாரும் பள்ளிக்கு எடுத்துவர வேண்டாம், தொலையவும், மாறிவிடவும் வாய்ப்பிருக்காது.

- கே. அபிராமி, கடலூர்.



ஸ்கூல் 64





மாணவச் செல்வங்களே! நல்ல நண்பர்களைத் தேர்ந்தெடுத்து பழகுங்கள். அதுவும் அளவோடு நட்பு வைத்துக் கொள்ளுங்கள். கெட்ட சகவாசம் உள்ளவர்களோடு பழகினால், உங்கள் உயிருக்கும் ஆபத்து. உங்கள் படிப்பும் கெட்டுப் போகும்.

- லட்சுமி ராமச்சந்திரன்,
சேலம் - 5.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இத

38 Supplement to Mangayar Malar June 2008



மாணவச் செல்வங்களே! நல்ல நண்பர்களைத் தேர்ந்தெடுத்து பழகுங்கள். அதுவும் அளவோடு நட்பு வைத்துக் கொள்ளுங்கள். கெட்ட சகவாசம் உள்ளவர்களோடு பழகினால், உங்கள் உயிருக்கும் ஆபத்து. உங்கள் படிப்பும் கெட்டுப் போகும்.

- லட்சுமி ராமச்சந்திரன்,
சேலம் - 5.

என்றும் உங்களுடன்

ஆசிரியர்கள் உடல்நலமின்றி இருந்தாலோ, மருத்துவமனையில் அனுமதிக்கப்பட்டிருந்தாலோ, பிள்ளைகளோடு பெற்றோர்களும் சென்று, நலம் விசாரித்து அவர்களுக்கு ஆறுதல் சொல்ல வேண்டும். பின்னாளில் அதே மாணவர்கள் பெற்றோர்களை எப்போதும் மறக்காமல் அன்பைச் சொரிந்து நட்பை வளர்ப்பார்கள்.

- ஆர். ரேவதி, கபிஸ்தலம்.



ஸ்கூல் 64

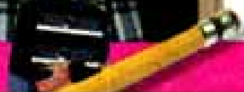


Supplement to Mangayar Malar June 2008 39

ஆசிரியர்கள் உடல்நலமின்றி இருந்தாலோ, மருத்துவமனையில் அனுமதிக்கப்பட்டிருந்தாலோ, பிள்ளைகளோடு பெற்றோர்களும் சென்று, நலம் விசாரித்து அவர்களுக்கு ஆறுதல் சொல்ல வேண்டும். பின்னாளில் அதே மாணவர்கள் பெற்றோர்களை எப்போதும் மறக்காமல் அன்பைச் சொரிந்து நட்பை வளர்ப்பார்கள்.

- ஆர். ரேவதி, கபிஸ்தலம்.







நம் வீட்டு உறவினர்கள்/நண்பர்கள் வீட்டு விசேஷங்களுக்குச் செல்வதாக இருந்தால், குழந்தைகளை அதற்காக அடிக்கடி ஸ்கூலுக்கு லீவு போட அனுமதிக்கக் கூடாது. இப்படி அடிக்கடி பள்ளிக்கு லீவு போடுவதால் அவர்களுடைய படிப்பு கெட்டுவிடும். குழந்தைகளைப் பற்றி ஆசிரியர்களின் மனதிலும் தவறான எண்ணம் ஏற்பட்டுவிடும்.

- ஆர். பிருந்தா ரமணி,
மதுரை-20.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இத

40 Supplement to Mangayar Malar June 2008



நம் வீட்டு உறவினர்கள்/நண்பர்கள் வீட்டு விசேஷங்களுக்குச் செல்வதாக இருந்தால், குழந்தைகளை அதற்காக அடிக்கடி ஸ்கூலுக்கு லீவு போட அனுமதிக்கக் கூடாது. இப்படி அடிக்கடி பள்ளிக்கு லீவு போடுவதால் அவர்களுடைய படிப்பு கெட்டுவிடும். குழந்தைகளைப் பற்றி ஆசிரியர்களின் மனதிலும் தவறான எண்ணம் ஏற்பட்டுவிடும்.

- ஆர். பிருந்தா ரமணி,
மதுரை-20.

என்றும் உங்களுடன்

தமிழ், ஆங்கில
மொழிகளோடு அன்னிய
மொழிகளையும் முடிந்தால்
கற்றுக் கொள்ளுங்கள்.
தமிழ்நாட்டை விட்டுப் பிற
இடங்களுக்குச்
செல்லும்போது அவை
மிகுந்த பலனைக்
கொடுக்கும்.

- தி. பார்வதிநாதன்,
திருநெல்வேலி.



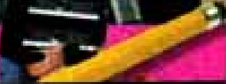


Supplement to Mangayar Malar June 2008 41

தமிழ், ஆங்கில
மொழிகளோடு அன்னிய
மொழிகளையும் முடிந்தால்
கற்றுக் கொள்ளுங்கள்.
தமிழ்நாட்டை விட்டுப் பிற
இடங்களுக்குச்
செல்லும்போது அவை
மிகுந்த பலனைக்
கொடுக்கும்.

- தி. பார்வதிநாதன்,
திருநெல்வேலி.





பள்ளியில் பெற்றோர்களுக்கு மீட்டிங் வைத்தால் அதில் படிக்கும் பிள்ளைகளின் பெற்றோர்கள் கண்டிப்பாகக் கலந்து கொள்ள வேண்டும். அப்பொழுதுதான் குழந்தைகளைப் பற்றிய குறை, நிறைகளை சொல்லக்கூடிய சந்தர்ப்பமாக அமையும். பெற்றோர்களும் பள்ளிகளுக்கு வேண்டிய ஆலோசனை சொல்ல ஏதுவாக இருக்கும்.

- அகிலா பஞ்சாபகேசன்,
பெங்களூரு - 8.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

42 Supplement to Mangayar Malar June 2008

பள்ளியில் பெற்றோர்களுக்கு மீட்டிங் வைத்தால் அதில் படிக்கும் பிள்ளைகளின் பெற்றோர்கள் கண்டிப்பாகக் கலந்து கொள்ள வேண்டும். அப்பொழுதுதான் குழந்தைகளைப் பற்றிய குறை, நிறைகளை சொல்லக்கூடிய சந்தர்ப்பமாக அமையும். பெற்றோர்களும் பள்ளிகளுக்கு வேண்டிய ஆலோசனை சொல்ல ஏதுவாக இருக்கும்.

- அகிலா பஞ்சாபகேசன்,
பெங்களூரு - 8.

என்றும் உங்களுடன்

சுமாராகப் படிக்கும் பிள்ளைகளை பெற்றோர் எப்போதும், 'படி, படி' என வறுத்தெடுக்காமல், அவர்களிடம் உள்ள தனித்திறமைகள் என்னென்ன என்பதைக் கண்டறிந்து ஊக்கப்படுத்துவதுடன், அவற்றை வளர்ப்பதற்குரிய முயற்சிகளையும் மேற்கொள்ள வேண்டும்.

- ஜெயா, அசோக்நகர்.



ஸ்கூல் 64



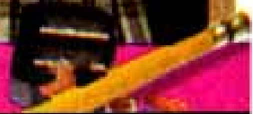
Supplement to Mangayar Malar June 2008 43

சுமாராகப் படிக்கும் பிள்ளைகளை பெற்றோர் எப்போதும், 'படி, படி' என வறுத்தெடுக்காமல், அவர்களிடம் உள்ள தனித்திறமைகள் என்னென்ன என்பதைக் கண்டறிந்து ஊக்கப்படுத்துவதுடன், அவற்றை வளர்ப்பதற்குரிய முயற்சிகளையும் மேற்கொள்ள வேண்டும்.

- ஜெயா, அசோக்நகர்.



ஸ்கூல் 64



குழந்தைகளை அடுத்த மாணவரோடு சக மாணவனாக இருந்தாலும் சரி, ஒப்பிட்டுப் பேசுதல் தவறு. அது அவனுக்குத் தாழ்வு மனப்பான்மையை ஏற்படச் செய்யும். எதுவாக இருந்தாலும் 'பாராட்டு மொழி' கூற வேண்டும். பாராட்டு போன்ற சிறந்த டானிக் ஏதுமில்லை.

- மோ. முத்துலட்சுமி, சென்னை -40.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

44 Supplement to Mangayar Malar June 2008

குழந்தைகளை அடுத்த மாணவரோடு சக மாணவனாக இருந்தாலும் சரி, ஒப்பிட்டுப் பேசுதல் தவறு. அது அவனுக்குத் தாழ்வு மனப்பான்மையை ஏற்படச் செய்யும். எதுவாக இருந்தாலும் 'பாராட்டு மொழி' கூற வேண்டும். பாராட்டு போன்ற சிறந்த டானிக் ஏதுமில்லை.

- மோ. முத்துலட்சுமி, சென்னை -40.

என்றும் உங்களுடன்

குழந்தைகள் பள்ளியை விட்டு வந்தவுடன் அன்றைய தினம் பள்ளியில் நடந்த நிகழ்ச்சிகள் எல்லாவற்றையும் பொறுமையாகக் கேட்கவும். அவர்களும் உங்களிடம் எதையும் மறைக்காமல் உங்களுடன் மனம் விட்டுப் பேசி பெற்றோர்களை நண்பன் என ஏற்றுக் கொள்வார்கள்.

- ஜே. ரம்யா, தஞ்சாவூர்.



ஸ்கூல் 64



Supplement to Mangayar Malar June 2008 45

குழந்தைகள் பள்ளியை விட்டு வந்தவுடன் அன்றைய தினம் பள்ளியில் நடந்த நிகழ்ச்சிகள் எல்லாவற்றையும் பொறுமையாகக் கேட்கவும். அவர்களும் உங்களிடம் எதையும் மறைக்காமல் உங்களுடன் மனம் விட்டுப் பேசி பெற்றோர்களை நண்பன் என ஏற்றுக் கொள்வார்கள்.

- ஜே. ரம்யா, தஞ்சாவூர்.







அதிக அன்பு, பாசத்தின் காரணமாகத் தேவைக்கு அதிகமாக உங்கள் பிள்ளைகளுக்கு பணத்தைக் கொடுக்காதீர்கள். பணம் அதிகமாக இருந்தால் மாணவர்களின் சுபாவம் மாறிவிட வாய்ப்புண்டு.

- தி. பார்வதிநாதன், திருநெல்வேலி -7.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

46 Supplement to Mangayar Malar June 2008



அதிக அன்பு, பாசத்தின் காரணமாகத் தேவைக்கு அதிகமாக உங்கள் பிள்ளைகளுக்கு பணத்தைக் கொடுக்காதீர்கள். பணம் அதிகமாக இருந்தால் மாணவர்களின் சுபாவம் மாறிவிட வாய்ப்புண்டு.

- தி. பார்வதிநாதன், திருநெல்வேலி -7.

என்றும் உங்களுடன்

கடுகைத் துளைத்து கடலைப்
புகுத்தும் கட்டாயத்தில்
ஆசிரியர்; அடுப்புக் கடுகு,
அலுவலகக் கடுகு, அன்புக்
கடுகை கவனிக்க அவகாசம்
இல்லாத பெற்றோர்; சிக்கித்
தவிக்கும் சின்னக் கடுகு
மாணவர், மூளைச் சுமையையும்,
முதுகுச் சுமையையும் குறைய
சீரமைக்கப்பட வேண்டியது
பாடமும், பாடத்திட்டமுமே!
- எஸ். வெங்கடேசன், திருச்சி.



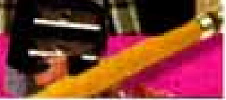
ஸ்கூல் 64



Supplement to Mangayar Malar June 2008 47

கடுகைத் துளைத்து கடலைப்
புகுத்தும் கட்டாயத்தில்
ஆசிரியர்; அடுப்புக் கடுகு,
அலுவலகக் கடுகு, அன்புக்
கடுகை கவனிக்க அவகாசம்
இல்லாத பெற்றோர்; சிக்கித்
தவிக்கும் சின்னக் கடுகு
மாணவர், மூளைச் சுமையையும்,
முதுகுச் சுமையையும் குறைய
சீரமைக்கப்பட வேண்டியது
பாடமும், பாடத்திட்டமுமே!
- எஸ். வெங்கடேசன், திருச்சி.







டிபன் பாக்ஸ், பென்சில் பாக்ஸ், வாட்டர் பேக் இவற்றில் மார்க்கர்பென் உபயோகித்து பெயரை எழுதிவிட்டால், அவை மாறாது. அதே போல் புத்தகங்களிலும், ஏதாவது ஒரு பக்கத்தில் பெயரை எழுதிவைத்தால், அவை தொலைந்துபோக வாய்ப்பே இல்லை.

- ஜெயா, அசோக்நகர்.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

48 Supplement to Mangayar Malar June 2008



டிபன் பாக்ஸ், பென்சில் பாக்ஸ், வாட்டர் பேக் இவற்றில் மார்க்கர்பென் உபயோகித்து பெயரை எழுதிவிட்டால், அவை மாறாது. அதே போல் புத்தகங்களிலும், ஏதாவது ஒரு பக்கத்தில் பெயரை எழுதிவைத்தால், அவை தொலைந்துபோக வாய்ப்பே இல்லை.

- ஜெயா, அசோக்நகர்.

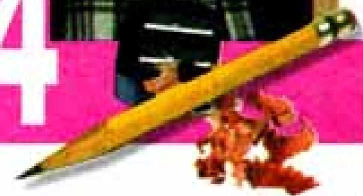
என்றும் உங்களுடன்

பார்த்தல், கேட்டல், நுகர்தல்,
தொடல், சுவைத்தல்,
மனதால் உணர்தல் ஆகிய
ஆறு புலன்களையும்
குழந்தைகளுக்கு நன்கு
வளரச் செய்வதே ஆசிரியரின்
முதல் கடமையாகும்.

- எஸ். புவனேஸ்வரி,
திருச்சி-6.



ஸ்கூல் 64



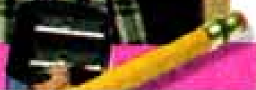
Supplement to Mangayar Malar June 2008 49

பார்த்தல், கேட்டல், நுகர்தல்,
தொடல், சுவைத்தல்,
மனதால் உணர்தல் ஆகிய
ஆறு புலன்களையும்
குழந்தைகளுக்கு நன்கு
வளரச் செய்வதே ஆசிரியரின்
முதல் கடமையாகும்.

- எஸ். புவனேஸ்வரி,
திருச்சி-6.



ஸ்கூல் 64





பள்ளிக்கூட வளாகத்தில் சாக்லேட், கேக் மற்றும் ஐஸ்க்ரீம் போன்ற ஐட்டங்களைச் சாப்பிடக்கூடாது என்று தடைவிதிப்பதால் குழந்தைகளுக்குச் சத்தான உணவு உட்கொள்ளும் கட்டாயம் ஏற்படுகிறது.

- கீதா நாராயணன்,
மும்பை.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இத

50 Supplement to Mangayar Malar June 2008



பள்ளிக்கூட வளாகத்தில் சாக்லேட், கேக் மற்றும் ஐஸ்க்ரீம் போன்ற ஐட்டங்களைச் சாப்பிடக்கூடாது என்று தடைவிதிப்பதால் குழந்தைகளுக்குச் சத்தான உணவு உட்கொள்ளும் கட்டாயம் ஏற்படுகிறது.

- கீதா நாராயணன்,
மும்பை.

என்றும் உங்களுடன்



பள்ளி திறக்கும்பொழுது, உடனே பாடங்களைத் தொடங்காமல், கல்லூரியில் உள்ளது போல் ஓரியன்டேஷன் ப்ரோகிராம் வைத்தால் குழந்தைகளுக்கு மன இறுக்கமும், ஆசிரியர்களிடம் பயமும் குறையும். வருடம் முழுவதும் மனமகிழ்ச்சியுடன் படிப்பில் ஆர்வம் செலுத்துவார்கள்.

- ரஜினி பாலசுப்ரமணியன்,
சென்னை - 91.

ஸ்கூல் 64

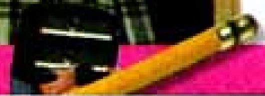


Supplement to Mangayar Malar June 2008 51



பள்ளி திறக்கும்பொழுது, உடனே பாடங்களைத் தொடங்காமல், கல்லூரியில் உள்ளது போல் ஓரியன்டேஷன் ப்ரோகிராம் வைத்தால் குழந்தைகளுக்கு மன இறுக்கமும், ஆசிரியர்களிடம் பயமும் குறையும். வருடம் முழுவதும் மனமகிழ்ச்சியுடன் படிப்பில் ஆர்வம் செலுத்துவார்கள்.

- ரஜினி பாலசுப்ரமணியன்,
சென்னை - 91.





எப்பொழுதும் நேர்மையான முறையில் தேர்வுகளை எதிர்கொள்ள வேண்டும். 'மதிப்பெண்'களுக்காக 'மதிப்பை' இழந்து, காப்பியடிப்பது 'பிட்' அடிப்பது போன்றவற்றில் ஈடுபடக்கூடாது என்பதை சிறு வயது முதலே பிள்ளைகளுக்கு வலியுறுத்த வேண்டும்.

- சுமதி சுப்ரமணியன்,
சென்னை - 29.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்

52 Supplement to Mangayar Malar June 2008



எப்பொழுதும் நேர்மையான முறையில் தேர்வுகளை எதிர்கொள்ள வேண்டும். 'மதிப்பெண்'களுக்காக 'மதிப்பை' இழந்து, காப்பியடிப்பது 'பிட்' அடிப்பது போன்றவற்றில் ஈடுபடக்கூடாது என்பதை சிறு வயது முதலே பிள்ளைகளுக்கு வலியுறுத்த வேண்டும்.

- சுமதி சுப்ரமணியன்,
சென்னை - 29.

என்றும் உங்களுடன்

ஆசிரியர் கொடுத்த வேலையை அட்டவணை போட்டு பிரித்துக் கொண்டு அந்தந்த நேரத்தில் செய்து முடிக்க வேண்டும். கடைசி நாட்கள் வரை வைத்து பின் அம்மாவைச் செய்து தரும்படி சில மாணவர்கள் கேட்பார்கள். அது தவறு. சுயமாகச் சிந்தித்துச் செய்தால்தான் பயன்.

- ஆர். விசாலம், அண்ணா நகர்.



ஸ்கூல் 64



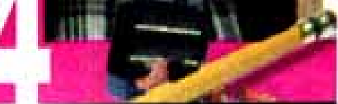
Supplement to Mangayar Malar June 2008 53

ஆசிரியர் கொடுத்த வேலையை அட்டவணை போட்டு பிரித்துக் கொண்டு அந்தந்த நேரத்தில் செய்து முடிக்க வேண்டும். கடைசி நாட்கள் வரை வைத்து பின் அம்மாவைச் செய்து தரும்படி சில மாணவர்கள் கேட்பார்கள். அது தவறு. சுயமாகச் சிந்தித்துச் செய்தால்தான் பயன்.

- ஆர். விசாலம், அண்ணா நகர்.



ஸ்கூல் 64





பள்ளி விழாக்களில், கலை நிகழ்ச்சிகளுக்குச் சிறு குழந்தைகளைத் தேர்வு செய்யும்போது, 'என் பிள்ளையை ஏன் சேர்க்கவில்லை?' என்று சில பெற்றோர் சண்டைக்குப் போவதுண்டு. பரிசு தருவதிலும் ஓரவஞ்சனை செய்து விட்டீர்கள் என்று குற்றம்சாட்டுவார்கள். அதனைத் தவிர்த்துக் குழந்தைகளின் திறமையை வளர்ப்பதில் கவனம் செலுத்த வேண்டும்.

- ராஜேஸ்வரி கிட்டு,
பெங்களூரு.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்

54 Supplement to Mangayar Malar June 2008



பள்ளி விழாக்களில், கலை நிகழ்ச்சிகளுக்குச் சிறு குழந்தைகளைத் தேர்வு செய்யும்போது, 'என் பிள்ளையை ஏன் சேர்க்கவில்லை?' என்று சில பெற்றோர் சண்டைக்குப் போவதுண்டு. பரிசு தருவதிலும் ஓரவஞ்சனை செய்து விட்டீர்கள் என்று குற்றம்சாட்டுவார்கள். அதனைத் தவிர்த்துக் குழந்தைகளின் திறமையை வளர்ப்பதில் கவனம் செலுத்த வேண்டும்.

- ராஜேஸ்வரி கிட்டு,
பெங்களூரு.

என்றும் உங்களுடன்

கணக்கு ஆசிரியரோ, விஞ்ஞான ஆசிரியரோ, நேரம் கிடைக்கும்போதெல்லாம், மாணவர்களுக்கு சில நல்ல கருத்துக்களையும் சொல்லி வர வேண்டும். அப்படிச் சொல்லும் ஆசிரியர்களும் ஒழுக்கத்துடன்கூடிய உயரிய நடத்தையைக் கடைப்பிடிக்க வேண்டும்.

- கிரிஜா, மாங்காடு.



ஸ்கூல் 64

Supplement to Mangayar Malar June 2008 55

கணக்கு ஆசிரியரோ, விஞ்ஞான ஆசிரியரோ, நேரம் கிடைக்கும்போதெல்லாம், மாணவர்களுக்கு சில நல்ல கருத்துக்களையும் சொல்லி வர வேண்டும். அப்படிச் சொல்லும் ஆசிரியர்களும் ஒழுக்கத்துடன்கூடிய உயரிய நடத்தையைக் கடைப்பிடிக்க வேண்டும்.

- கிரிஜா, மாங்காடு.



ஸ்கூல் 64



ஆசிரியர் தினத்தன்று,
தலைமை ஆசிரியர்,
வகுப்பாசிரியர்,
ட்யூஷன் டீச்சர்
ஆகியோருக்கு வாழ்த்து
மடல் வாங்கி
பெருமைப்படுத்தலாமே!
- சி. மாலதி
வேளச்சேரி.

மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இத

56 Supplement to Mangayar Malar June 2008



ஆசிரியர் தினத்தன்று,
தலைமை ஆசிரியர்,
வகுப்பாசிரியர்,
ட்யூஷன் டீச்சர்
ஆகியோருக்கு வாழ்த்து
மடல் வாங்கி
பெருமைப்படுத்தலாமே!
- சி. மாலதி
வேளச்சேரி.



பெற்றோர்களே,
பிள்ளைகளை பரீட்சை
நாட்களில் கூட
விளையாடும் நேரத்தில்
விளையாட விடுங்கள்.

- வீ. தேவராசு,
திருச்சி - 13.

ஸ்கூல் 64



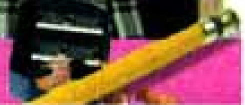
Supplement to Mangayar Malar June 2008 57



பெற்றோர்களே,
பிள்ளைகளை பரீட்சை
நாட்களில் கூட
விளையாடும் நேரத்தில்
விளையாட விடுங்கள்.

- வீ. தேவராசு,
திருச்சி - 13.

ஸ்கூல் 64





'யோகா' உடலையும்,
மனதையும் வலுப்படுத்தி,
மனதை ஒருநிலைப்படுத்த
உதவுமாதலால், பள்ளிகளில்
இதைக் கட்டாய
பாடமாக்கலாம்!

- ப்ரதீபா சிவகுமார்,
வேளச்சேரி

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இத

58 Supplement to Mangayar Malar June 2008



'யோகா' உடலையும்,
மனதையும் வலுப்படுத்தி,
மனதை ஒருநிலைப்படுத்த
உதவுமாதலால், பள்ளிகளில்
இதைக் கட்டாய
பாடமாக்கலாம்!

- ப்ரதீபா சிவகுமார்,
வேளச்சேரி

பள்ளிக்கூடம் ஒரு கோயில். ஆசிரியர் குரு. மாணவர்கள் சிஷ்யர்கள். இந்த வட்டத்திற்குள் பழக வேண்டும். ஆசிரியர்கள் பெண் குழந்தைகளிடம் ஆபாசமான/தவறான பேச்சு போன்ற தவறான பழக்கவழக்கங்கள் ஏற்படாமல் கண்ணியத்துடன் நடக்க வேண்டும். இதே போல் மாணவிகளும் ஆசிரியரிடம் நடந்து கொள்ள வேண்டும்.

- வி.ஜி.சென்னை - 23.



ஸ்கூல் 64



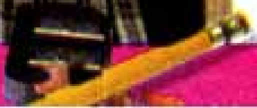
Supplement to Mangayar Malar June 2008 59

பள்ளிக்கூடம் ஒரு கோயில். ஆசிரியர் குரு. மாணவர்கள் சிஷ்யர்கள். இந்த வட்டத்திற்குள் பழக வேண்டும். ஆசிரியர்கள் பெண் குழந்தைகளிடம் ஆபாசமான/தவறான பேச்சு போன்ற தவறான பழக்கவழக்கங்கள் ஏற்படாமல் கண்ணியத்துடன் நடக்க வேண்டும். இதே போல் மாணவிகளும் ஆசிரியரிடம் நடந்து கொள்ள வேண்டும்.

- வி.ஜி.சென்னை - 23.



ஸ்கூல் 64



மாணவ, மாணவியர் எந்தக் காரணத்திற்காக லீவு எடுத்திருந்தாலும், மாணவர் பள்ளிக்கு மீண்டும் வந்ததும் அதைப் பற்றி விசாரித்தல் நல்லது. இதன் மூலம் மாணவர்களுடன், ஆசிரியர்கள் நெருக்கத்தை ஏற்படுத்திக் கொள்ள முடியும். இதனால் ஆசிரியர்களைக் கண்டு மாணவர்கள் பயப்படும் நிலை மாறும்; ஆசிரியர்களை ஏமாற்றும் நினைப்பும் அகலும்; ஆசிரியர்கள் நம்மீது அக்கறை உடையவர் என்ற எண்ணம் வலுப்பெறும்.

- கோமதி, கோபி.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இத

60 Supplement to Mangayar Malar June 2008

மாணவ, மாணவியர் எந்தக் காரணத்திற்காக லீவு எடுத்திருந்தாலும், மாணவர் பள்ளிக்கு மீண்டும் வந்ததும் அதைப் பற்றி விசாரித்தல் நல்லது. இதன் மூலம் மாணவர்களுடன், ஆசிரியர்கள் நெருக்கத்தை ஏற்படுத்திக் கொள்ள முடியும். இதனால் ஆசிரியர்களைக் கண்டு மாணவர்கள் பயப்படும் நிலை மாறும்; ஆசிரியர்களை ஏமாற்றும் நினைப்பும் அகலும்; ஆசிரியர்கள் நம்மீது அக்கறை உடையவர் என்ற எண்ணம் வலுப்பெறும்.

- கோமதி, கோபி.

என்றும் உங்களுடன்

பள்ளிக்கு கார்/ஆட்டோ போன்ற சொந்த வாகனத்தில் அனுப்புபவர்கள் டிரைவர் வராதபட்சத்தில் குழந்தைகளை பள்ளியிலிருந்து வரவழைக்க வேறு நபரை அனுப்பினால் பள்ளி ஆசிரியர் மற்றும் வாட்ச்மேன் ஆகியவரிடம் கண்டிப்பாகத் தெரியப்படுத்த வேண்டும்.

- கௌரி, சென்னை - 23.





Supplement to Mangayar Malar June 2008 61

பள்ளிக்கு கார்/ஆட்டோ போன்ற சொந்த வாகனத்தில் அனுப்புபவர்கள் டிரைவர் வராதபட்சத்தில் குழந்தைகளை பள்ளியிலிருந்து வரவழைக்க வேறு நபரை அனுப்பினால் பள்ளி ஆசிரியர் மற்றும் வாட்ச்மேன் ஆகியவரிடம் கண்டிப்பாகத் தெரியப்படுத்த வேண்டும்.

- கௌரி, சென்னை - 23.





மாணவர்களுக்குள் ஏற்படும் சிறு சிறு மனஸ்தாபங்களை, சண்டைகளை ஆசிரியர்களே தீர்த்து வைப்பது நல்லது. பெற்றோர் வரை கொண்டு சென்று பெரிதுபடுத்தக் கூடாது. இதனால் மாணவர்களிடையே உள்ள அன்பும், நட்பும் வலுப்படும். ஆசிரியர் மேல் மாணவர்களுக்கு நம்பிக்கையும் மதிப்பும் ஏற்படும்.

-பிரேமலா ஸ்டீபன்,
ஆலந்தூர்.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இத

62 Supplement to Mangayar Malar June 2008

மாணவர்களுக்குள் ஏற்படும் சிறு சிறு மனஸ்தாபங்களை, சண்டைகளை ஆசிரியர்களே தீர்த்து வைப்பது நல்லது. பெற்றோர் வரை கொண்டு சென்று பெரிதுபடுத்தக் கூடாது. இதனால் மாணவர்களிடையே உள்ள அன்பும், நட்பும் வலுப்படும். ஆசிரியர் மேல் மாணவர்களுக்கு நம்பிக்கையும் மதிப்பும் ஏற்படும்.

-பிரேமலா ஸ்டீபன்,
ஆலந்தூர்.

என்றும் உங்களுடன்

பள்ளி ஆண்டு விழா மற்றும்
வேறு கலை நிகழ்ச்சிகள் நடக்கும்
பொழுது கூடுமானவரை சினிமா
பாட்டு, டான்ஸ் இவற்றைத்
தவிர்த்து பரதநாட்டியம், கர்நாடக
சங்கீதம், வீணை போன்ற இசை
நிகழ்ச்சிகளை, கவிதை,
கட்டுரைப் போட்டி, பேச்சுப்
போட்டி இவற்றை வைத்து
அவர்களது அறிவுத்திறமையை
வளர்க்கலாமே!

- செல்வம், சென்னை - 12.



ஸ்கூல் 64

Supplement to Mangayar Malar June 2008 63

பள்ளி ஆண்டு விழா மற்றும்
வேறு கலை நிகழ்ச்சிகள் நடக்கும்
பொழுது கூடுமானவரை சினிமா
பாட்டு, டான்ஸ் இவற்றைத்
தவிர்த்து பரதநாட்டியம், கர்நாடக
சங்கீதம், வீணை போன்ற இசை
நிகழ்ச்சிகளை, கவிதை,
கட்டுரைப் போட்டி, பேச்சுப்
போட்டி இவற்றை வைத்து
அவர்களது அறிவுத்திறமையை
வளர்க்கலாமே!

- செல்வம், சென்னை - 12.



Registered with the Registrar of Newspaper of India under No. 30309/75 * Registered No. TN / CC (S) DN / 170 / 06 - 08 * Licensed to post without prepayment under PMG's Licence No. WPP TN / CC (S) DN / 103 / 06 - 08* Registered as a Newspaper in Srilanka. Supplement to the Mangayar Malar June 2008 issue



கால அட்டவணைக்கேற்ப முதல் நாளே நோட்டுப் புத்தகங்களையும், பேனா, பென்சில்,ஸ்கேல், ஜியோமெட்ரி பாக்ஸ் இவற்றை எடுத்து வைத்துவிடவும். ஷூ பாலிஷ், யூனிஃபார்ம் அயர்னிங் எல்லாம் முதல் நாளே செய்து விட்டால் டென்ஷன் இருக்காது.

- பத்மா வெங்கட்ராமன், கரிக்காலி.

தொகுப்பு : மாலதி சந்திரசேகரன்

கார்டூன்ஸ் : பிள்ளை

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இத

Registered with the Registrar of Newspaper of India under No. 30309/75 * Registered No. TN / CC (S) DN / 170 / 06 - 08 * Licensed to post without prepayment under PMG's Licence No. WPP TN / CC (S) DN / 103 / 06 - 08* Registered as a Newspaper in Srilanka. Supplement to the Mangayar Malar June 2008 issue



கால அட்டவணைக்கேற்ப முதல் நாளே நோட்டுப் புத்தகங்களையும், பேனா, பென்சில்,ஸ்கேல், ஜியோமெட்ரி பாக்ஸ் இவற்றை எடுத்து வைத்துவிடவும். ஷூ பாலிஷ், யூனிஃபார்ம் அயர்னிங் எல்லாம் முதல் நாளே செய்து விட்டால் டென்ஷன் இருக்காது.

- பத்மா வெங்கட்ராமன், கரிக்காலி.

தொகுப்பு : மாலதி சந்திரசேகரன்

கார்டூன்ஸ் : பிள்ளை

என்றும் உங்களுடன்